

**Ежедневное меню  
основного (организованного) питания \*\***

Возрастная категория питающихся: 7 - 11 лет , ОВЗ, дети-инвалиды

Дата: 05.04.2024

Неделя по цикличному меню: 2

День цикличному меню: 5

\*\* очищенный картофель

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	Цена продуктового набора в рублях	Цена всего в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы				
Завтрак	Огурцы свежие	80	0,88	0,16	3,04	10	71-17	9,67	12,57
	Гратен из печени	90	15,99	10,15	6,71	206	ТК	33,10	49,41
	Макаронаты отварные с овощами	150	5,17	5,99	28,52	188	205-17	8,32	12,47
	Сок фруктовый	180	0,90		18,18	76	389-17,ТК	14,40	18,72
	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	72	ТК	2,40	2,88
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42	ТК	1,83	2,20
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>550</b>	<b>26,24</b>	<b>17,1</b>	<b>80,45</b>	<b>594</b>		<b>69,72</b>	<b>98,25</b>
Обед	Морковь на корейский лад	60	0,54	4,92	2,88	140	173, ТК	8,82	11,47
	Борщ с капустой белокочанной и картофелем	200	1,60	4,16	4,16	84	110-04	8,50	12,72
	Рыба, запеченная с маслом (горбуша)	90/5	14,70	13,70	4,00	194	ТК	50,33	75,48
	Картофель отварной с луком	150	3,20	8,40	26,10	182	204-04	19,86	29,80
	Фрукты (Яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47	ТК	7,40	9,62
	Сок фруктовый	200	1,00		20,20	85	389-17,ТК	16,00	20,80
	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	96	ТК	3,20	3,84
	Хлеб ржаной	30	1,80	0,30	13,50	63	ТК	2,75	3,30
<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>875</b>	<b>26,04</b>	<b>32,68</b>	<b>100,64</b>	<b>891</b>		<b>116,86</b>	<b>167,03</b>	
Полдник	Бутерброд с сыром	60	11,90	16,40	41,60	183	ТК	21,28	31,21
	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107	382-17	9,09	13,64
	Фрукты(Апельсины)	100	0,90	0,20	8,10	38	393-16	10,00	13,00
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>340</b>	<b>16,47</b>	<b>19,79</b>	<b>65,52</b>	<b>328</b>		<b>40,37</b>	<b>57,85</b>