

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель оператора питания
ФИО _____

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации
ФИО _____



**Ежедневное меню
основного (организованного) питания**

Возрастная категория питающихся: 12-18 лет ОВЗ и дети инвалиды

Дата 08.09.2023г.

Неделя по цикличному меню: 1

День по цикличному меню: 5

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	Цена в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы			
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Завтрак	Овощи по-сезону	110	1,21	0,22	4,18	13,20	ТК	13,47
	Рыба, запеченная с маслом сливочным (110/5)	115	17,81	15,80	4,83	268,40	ТК	68,09
	Пюре картофельное	180	3,84	6,24	23,76	167,28	54-11г-20, ТК	24,86
	Сок фруктовый	180	0,90	0,00	18,18	76,32	389-17, ТК	18,72
	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	95,60	ТК	3,70
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,80	0,30	13,50	63,00	ТК	3,46
	Итого за рацион питания:		655	28,36	23,37	84,45	683,80	
Обед	Суп картофельный с крупой	250	2,10	2,80	19,10	143,00	138-04	12,22
	Запеканка из творога с сухофруктами и сметаной (195/5)	200	9,39	8,37	126,93	471,66	ТК	112,19
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0,00	10,20	42,00	ТК	3,07
	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	44,00	ТК	21,13
	Хлеб пшеничный	60	4,20	1,20	30,00	143,40	ТК	5,54
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,40	0,40	18,00	84,00	ТК	4,61
	Итого за рацион питания:		850	18,62	13,17	214,03	928,06	
Полдник	Расстегай с мясом	100	15,57	10,72	29,97	250,00	743-04	51,52
	Кисель из плодов свежих	200	0,13	24,50	0,04	117,00	350-17, ТК	13,83
	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	ТК	21,13
	Итого за рацион питания:		400	16,10	35,62	39,81	414,00	