

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель оператора питания  
ФИО



«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной  
организации  
ФИО

**Ежедневное меню  
основного (организованного) питания**

Возрастная категория питающихся: 12-18 лет

Дата 18.09.2023г.

Неделя по цикличному меню: 1

День по цикличному меню: 1

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	Сыр порционно	20	4,64	5,90	0,00	72,00	015-17	18,88
	Каша вязкая молочная пшеничная с маслом	200	8,23	10,53	42,20	298,00	173-17	24,14
	Кофейный напиток	200	3,17	2,78	15,95	100,6	ТК	19,29
	Фрукты	100	0,40	0,40	9,8	38,00	ТК	14,17
	Хлеб пшеничный	50	3,50	1,00	25,00	119,50	ТК	4,62
	Хлеб ржаной	30	1,80	0,30	13,50	63,00	ТК	3,01
	<b>Итого за рацион питания:</b>		<b>600</b>	<b>21,74</b>	<b>20,91</b>	<b>106,45</b>	<b>691,10</b>	
Обед	Борщ с капустой и картофелем	250	2,00	5,20	5,20	106,00	110-04	17,08
	Нагетсы куриные	100	7,30	7,60	31,82	233,83	ТК	91,64
	Макаронные отварные с овощами	180	6,20	7,19	34,22	226,08	205-17	16,87
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	10,00	40,00	ТК	2,72
	Пирожок печеный с печенью	75	11,68	8,04	22,48	143,40	406-17	30,48
	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	95,60	ТК	3,70
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,40	0,40	18,00	84,00	ТК	4,01
	<b>Итого за рацион питания:</b>		<b>885</b>	<b>32,45</b>	<b>29,25</b>	<b>141,72</b>	<b>928,91</b>	
Полдник	Кулебяка с капустой	150	9,05	8,75	46,85	324,29	742-04	24,83
	Кофейный напиток с молоком	200	3,16	2,70	15,95	100,60	ТК	19,29
	<b>Итого за рацион питания:</b>	<b>350</b>	<b>12,21</b>	<b>11,445</b>	<b>62,795</b>	<b>424,89</b>		<b>294,73</b>