

"СОГЛАСОВАНО"

Руководитель оператора питания  
ФИО



"УТВЕРЖДЕНО"  
Шевченко М.С.

Ежедневное меню  
основного (организованного) питания

Дата 07.09.2023г.

Неделя по циклическому  
меню 1

День по циклическому  
меню 4

Возрастная  
категория: 12 лет и старше (5-11 кл) ОВЗ и дети-инвалиды

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептур ы	Стоимо сть, руб
			Б	Ж	У			
Завтрак	Овощи по-сезону (огурец свежий)	120	1,32	0,24	4,56	14,40	ТК	13,27
	Вок "Курица с овощами"	200	11,20	20,60	37,40	286,67	310-16	95,56
	Кисель из свежих плодов	200	0,89	0,06	32,75	122,00	ТК	13,79
	Кондитерское изделие	25	2,30	1,80	5,10	67,00	ТК	11,57
	Хлеб пшеничный	50	3,50	1,00	25,00	119,50	ТК	4,62
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,80	0,30	13,50	63,00	ТК	3,46
	<b>Итого</b>		<b>620</b>	<b>21,01</b>	<b>24,00</b>	<b>118,31</b>		<b>672,57</b>
Обед	Сыр порционно (Российский)	30	6,96	8,85	0,00	108,00	015-17	28,32
	Борщ сибирский	250	3,90	4,30	16,00	118,00	111-04	16,01
	Омлет с овощами и маслом сливочным (215/5)	220	20,50	34,60	5,89	352,00	ТК	74,03
	Кофейный напиток	200	3,17	2,78	15,95	100,50	ТК	19,29
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	ТК	10,97
	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
	<b>Итого</b>		<b>900</b>	<b>41,53</b>	<b>52,53</b>	<b>95,64</b>		<b>952,90</b>
Полдник	Котлета говяжья, запеченная в тесте	100	1,99	10,41	33,17	274,00	420-17	56,33
	Напиток витаминизированный	200	1,00	0,00	20,20	84,80	ТК	20,8
	Фрукты свежие (груша)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	ТК	21,13
	<b>Итого</b>		<b>400</b>	<b>3,39</b>	<b>10,81</b>	<b>63,17</b>		<b>405,80</b>
<b>Итого за 1 день</b>		<b>1920</b>	<b>65,93</b>	<b>87,34</b>	<b>277,12</b>		<b>2031,27</b>	<b>399,3</b>