

Шевченко М. С.

/



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

Возрастная категория питающихся: 12 и старше, ОБЗ, дети-инвалиды

Дата: 22.11.2023

Неделя по цикличному меню: 1

День цикличному меню: 3

**картофель очищенный

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	Сыр порционно	10	2,32	2,95		36	015-17	6,29	9,44
	Пудинг из творога со сметаной	205	23,90	28,27	40,57	621	362-04	71,37	107,04
	Кефир порционно	200	5,46	4,40	7,28	90	386-17,ТК	15,11	19,64
	Фрукты (яблоки)	100	0,38	0,35	8,92	40	ТК	7,40	9,62
	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	72	ТК	2,31	2,77
	Хлеб ржаной	30	1,80	0,30	13,50	63	ТК	2,51	3,01
	Итого за рацион питания :	575	35,96	36,87	85,27	922		104,99	151,52
Обед	Суп картофельный с горохом	250	5,75	5,60	22,30	167	139-4	9,25	13,88
	Шницель рыбный натуральный с маслом	105	13,02	14,51	7,98	230	235-17	42,03	63,03
	Картофель отварной	180	3,60	9,18	28,62	218	518-04	16,32	24,47
	Какао с молоком	200	3,54	3,43	23,82	140	ТК	12,57	18,87
	Фрукты (яблоки)	100	0,38	0,35	8,92	40	ТК	7,40	9,62
	Хлеб пшеничный	50	3,50	1,00	25,00	120	ТК	3,85	4,62
	Хлеб ржаной	50	3,00	0,50	22,50	105	ТК	4,18	5,01
Итого за рацион питания :	935	32,79	34,57	139,14	1 020		95,60	139,50	
Полдник	Ватрушка с творогом	100	11,29	7,01	38,10	261	410-17	18,72	28,07
	Ряженка порционно	250	6,83	5,50	9,55	115	386-17,ТК	30,27	39,36
	Итого за рацион питания :	350	18,12	12,51	47,65	376		48,99	67,43