

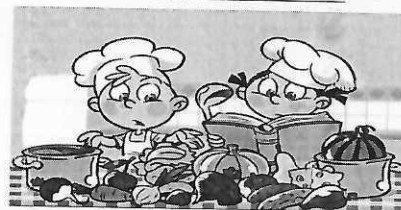


Согласовано

Директор _____

2024 г

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ



ЗАВТРАК

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Стоимость рациона
			Белки	Жиры	Углеводы		
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ/ ОГУРЦЫ/	80	0,6	0,1	1,4	10,4	12,00
2	МАКАРОННИК С СУБПРОДУКТАМИ ГОВЯЖЬИМИ	150	14,2	14,9	27,5	281,3	67,00
3	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	0,7	2,2	2,9	34,0	7,00
4	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,6	0,2	18,9	91,4	10,00
5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10,0	47,4	2,00
6	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	2,00
Итого за прием пищи:		500	18,9	17,7	69,1	505,2	100,00

ОБЕД

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Стоимость рациона
			Белки	Жиры	Углеводы		
1	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	60	0,7	3,1	5,7	54,0	15,00
2	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ / СМЕТАНА 200/5	205	1,6	3,7	10,1	86,1	25,00
3	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С ОВОЩАМИ	150	5,4	4,3	34,7	204,3	20,00
4	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	90	8,2	11,9	14,2	173,5	17,00
5	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,4	1,4	2,0	23,5	5,00
6	УЗВАР ИЗ СУХОФРУКТОВ И ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	1,4	0,2	17,5	80,9	15,00
7	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,1	3,00
8	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	2,00
9	МОЛОКО ПРОМ ПРОИЗВОДСТВА Т/П ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	200	5,6	4,9	9,3	104,8	25,00
Итого за прием пищи:		965	27,0	29,8	117,0	839,0	127,00

ПОЛДНИК

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Стоимость рациона
			Белки	Жиры	Углеводы		
1	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ	75	5,1	6,2	20,3	121,8	60,00
2	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК / КЕФИР/	180	5,2	4,5	7,2	95,4	25,00
3	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПО СЕЗОНУ /ЯБЛОКИ/	110	0,4	0,4	10,8	51,7	15,00
Итого за прием пищи:		365	10,7	11,1	38,3	268,9	100,00

ТЕХНОЛОГ Т.В.РУСИНОВА