

УТВЕРЖДЕНО

Индивидуальный предприниматель

Ильинская Ольга Евгеньевна

ИНН: 50-01/001/2023-1

ОГРН: 5027003023101

ИНН: 50-01/001/2023-1

ОГРН: 5027003023101

ИНН: 50-01/001/2023-1

ОГРН: 5027003023101

ИНН: 50-01/001/2023-1

ОГРН: 5027003023101

ИНН: 50-01/001/2023-1

ОГРН: 5027003023101

ИНН: 50-01/001/2023-1

ОГРН: 5027003023101

ИНН: 50-01/001/2023-1

ОГРН: 5027003023101

ИНН: 50-01/001/2023-1

ОГРН: 5027003023101

ИНН: 50-01/001/2023-1

ОГРН: 5027003023101

ИНН: 50-01/001/2023-1

ОГРН: 5027003023101

ИНН: 50-01/001/2023-1

ОГРН: 5027003023101

ИНН: 50-01/001/2023-1

ОГРН: 5027003023101

ИНН: 50-01/001/2023-1

ОГРН: 5027003023101

ИНН: 50-01/001/2023-1

ОГРН: 5027003023101

ИНН: 50-01/001/2023-1

ОГРН: 5027003023101

ИНН: 50-01/001/2023-1

ОГРН: 5027003023101

ИНН: 50-01/001/2023-1

ОГРН: 5027003023101

ИНН: 50-01/001/2023-1

ОГРН: 5027003023101

ИНН: 50-01/001/2023-1

ОГРН: 5027003023101

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

СОГЛАСОВАНО

Директор \_\_\_\_\_

«   »   »   2023 г

№ рецептуры	Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества				СТОИМОСТЬ РАЦИОНА
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг			

Завтрак															
ТТК 7	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ /МОРКОВНЫЕ ПАЛОЧКИ/	60	0,80	0,10	5,10	15,00	0,04	3,00	1,49	0,38	30,60	22,80	33,00	0,60	10,00
ТТК 8	КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ С ОВОЩАМИ И ЯБЛОМ	150	3,60	4,40	20,70	156,00	0,12	9,68	0,59	1,45	57,38	34,51	154,36	2,32	18,00
294	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ЦЫПЛЕНКА	90	7,45	10,96	15,92	202,91	0,09	0,49	0,05	2,97	24,76	29,11	158,86	2,31	22,17
ШШ	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК / СЕЖОК/	180	4,68	4,05	6,48	85,86	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	20,00
ШШ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,03	0,00	0,00	0,39	4,60	6,60	16,80	0,40	2,00
ШШ	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2,00
Итого за прием пищи:		520	19,18	19,85	68,12	553,11	0,28	13,17	2,13	5,19	117,34	93,02	363,02	5,63	74,17

Обед															
ТТК 9	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	60	0,70	3,10	5,70	44,00	0,02	15,61	0,19	1,44	21,61	10,21	16,21	0,66	8,00
96	РАССОЛЫНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	1,61	4,07	9,46	85,80	0,06	4,62	0,15	1,93	23,17	17,84	47,15	0,72	12,00
223	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА / МОЛОКО СТУЩ 160/20	180	15,51	14,76	34,97	331,71	0,08	0,39	0,12	0,56	278,16	42,33	347,09	1,23	45,81
389	СОК ФРУКТОВЫЙ/ВИНОГРАДНЫЙ/	200	0,60	0,40	32,60	136,40	0,03	1,60	0,00	0,00	36,00	16,20	21,60	0,72	12,00
ШШ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,05	0,25	20,07	94,73	0,06	0,00	0,00	0,78	9,20	13,20	33,60	0,80	4,00
ШШ	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2,00
ШШ	Молоко для детского питания 2,5% 200 г/л	200	5,80	5,00	9,60	107,00	0,08	2,60	0,00	0,00	240,00	28,00	180,00	0,20	20,00
Итого за прием пищи:		900	28,39	27,80	122,29	845,62	0,33	24,82	40,46	4,71	608,14	127,78	645,65	4,33	103,81

Полдник															
305	КАША "ЯГАРНАД" ИЗ ПШЕННОЙ КРУПЫ С БЕЛОКАМИ	150	6,10	8,10	24,40	198,20	0,12	1,40	0,05	1,05	108,15	34,48	133,17	1,35	60,17
379	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,85	2,43	14,35	93,15	0,03	0,47	0,01	0,00	100,26	17,13	79,10	0,36	12,00
ШШ	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2,00
Итого за прием пищи:		350	10,07	10,75	48,63	337,33	0,15	1,87	0,06	1,05	208,41	51,61	212,27	1,71	74,17
Всего за день:			57,64	58,41	239,04	1 736,06	0,76	39,86	42,65	10,95	933,89	272,41	1 220,94	11,67	

ТЕХНОЛОГ Т.В.РУСИНОВА

