



# МЕНЮ (выбор)

26.09.2024  
12 и старше (5-11кл.)

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Выход, г	Б, г	Ж, г	Х, г	Энергетическая ценность, ккал	Стоимость, руб.		
						продукт набор	услуга	ИТОГО
<b>Салат</b>		<b>1,31</b>	<b>3,25</b>	<b>8,46</b>	<b>88</b>	<b>8,27</b>	<b>3,13</b>	<b>8,40</b>
1 - Салат из белокочанной капусты с морковью	100	1,31	3,25	8,46	80	8,27	3,13	8,40
<b>Основное</b>		<b>17,88</b>	<b>22,64</b>	<b>26,81</b>	<b>457,5</b>	<b>80,81</b>	<b>28,54</b>	<b>89,45</b>
1 - Омлет с картофелем (запеченный)	230	20,24	24,38	17,25	435	61,18	28,52	89,70
2 - Рыба запеченная "Филе-ка"	100	11,44	14,30	4,17	238	40,34	18,39	58,73
2 - Картофель отварной с зеленью	200	4,07	6,59	32,20	242	20,30	10,17	30,47
<b>Дополнение</b>		<b>2,8</b>	<b>0,8</b>	<b>25,7</b>	<b>118</b>	<b>6,28</b>	<b>1,95</b>	<b>8,23</b>
1 - Чай с сахаром и лимоном	200	0,30		8,70	28	2,32	1,16	3,48
1 - Хлеб пшеничный	20	1,40	0,40	10,00	48	1,84	0,37	2,21
1 - Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42	2,12	0,42	2,54
<b>Итого :</b>		<b>22,89</b>	<b>28,49</b>	<b>38,87</b>	<b>625,5</b>	<b>73,48</b>	<b>33,82</b>	<b>107,08</b>

Принят:

Заведующий  
производством  
\_\_\_\_\_

подпись

Иванова А.А.  
Иванова А.А.



Исполнитель М. С.



«СОГЛАСОВАНО»

Республиканский центр специальной организации

И. В. Кашаева

### Ежедневное меню основного (организационного) учреждения

Возраст: *кабинетный* 7 - 11 лет в том числе: *ОВЗ, дети-инвалиды*

Дата: 26.09.2024

Неделя по циклическому меню: 2

День циклическому меню: 4

\*\* с учетом карбона

Пример питания	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептур	Цена продукта по каталогу в рублях	Цена всего в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы				
Завтрак	Овощи в нарезке (помидор свежий)	75	0,88	0,13	2,88	16	54-33-2022	9,95	12,93
	Омлет с картофелем (запеченный)	150	13,20	15,90	11,25	284	345-2004	40,51	60,77
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,30		6,70	28	54-3гн-2022	2,32	3,48
	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	72	Пром.1	2,77	3,32
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42	Пром.2	2,12	2,54
	Кондитерское изделие (ирис)	25	0,85	1,95	23,30	120	Пром.	9,48	12,32
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>600</b>	<b>18,53</b>	<b>18,78</b>	<b>68,13</b>	<b>562</b>		<b>67,15</b>	<b>95,36</b>
Обед	Салат из безжированной капусты с морковью	60	0,78	1,94	3,87	36	45-2017	3,76	5,64
	Суп картофельный с мясными фрикадельками (200/25)	225	7,64	5,50	16,70	149	137-2004	28,18	42,27
	Рыба запеченная "Фиш-ка"	90	10,30	12,87	3,75	214	ТК № О/6	36,25	54,38
	Картофель отварной с зеленью	150	3,05	4,94	24,15	182	634-2022	17,61	26,42
	Сок натуральный	180	0,90		18,18	76	Пром.	14,40	18,72
	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	96	Пром. 5	3,69	4,43
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42	Пром.2	2,12	2,54
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.3	7,40	9,62
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>865</b>	<b>27,07</b>	<b>26,65</b>	<b>105,46</b>	<b>842</b>		<b>113,41</b>	<b>164,82</b>
Полдник	Расстегай с мясом	75	9,43	8,04	22,48	267	П/9	21,65	32,47
	Чай с молоком	180	1,44	0,99	7,83	46	54-4гн-2022	4,43	6,65
	Фрукты свежие (Нектарин)	100	0,09	0,20	8,10	43	Пром.	14,50	18,85
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>355</b>	<b>10,96</b>	<b>9,23</b>	<b>38,41</b>	<b>356</b>		<b>40,58</b>	<b>57,97</b>
<b>ВСЕГО :</b>		<b>1720</b>	<b>56,56</b>	<b>54,66</b>	<b>211,99</b>	<b>1760</b>		<b>221,14</b>	<b>317,35</b>

Зав. каф. И. В. Кашаева И. В.

«УТВЕРЖДЕНО»  
Руководитель АПД «Многодетное питание»

Давченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»  
Многодетная семейная организационная структура

К. В. Камышева



**Ежедневное меню  
основного (организованного) питания**

Возраст: «детский садик» 12 лет, обучение в том числе: ОБЗ, дети-инвалиды, дети из многодетных семей, дети участников СВО

Дата: 26.09.2024

Неделя по циклическому меню: 2

День циклического меню: 4

«» типовой картфель

Пример пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептур	Цена продукта в наборе в рублях	Цена всего в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы				
Завтрак	Овощи в нарезке (помидор свежий)	100	1,17	0,17	3,83	21	54-3з-2022	13,26	17,24
	Омлет с картофелем (запеченный)	200	17,60	21,20	15,00	378	345-2004	54,00	81,00
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,30		6,70	28	54-3гн-2022	2,32	3,48
	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	72	Пром.1	2,77	3,32
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42	Пром.2	2,12	2,54
	Кондитерские изделия (пирис)	25	0,85	1,95	23,30	120	Пром.	9,48	12,32
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>575</b>	<b>23,22</b>	<b>24,12</b>	<b>72,83</b>	<b>661</b>		<b>83,95</b>	<b>119,90</b>
Обед	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	1,31	3,25	6,46	60	45-2017	6,27	9,40
	Суп картофельный с мясными фрикадельками (250/25)	275	9,34	6,72	20,41	182	137-2004	30,14	45,22
	Рыба запеченная "Филе-ка"	100	11,44	14,30	4,17	238	ТК № О/6	40,34	60,51
	Картофель отварной с зеленью	180	3,66	5,93	28,98	218	634-2022	21,13	31,69
	Сок натуральный	200	1,00		20,20	85	Пром.	16,00	20,80
	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	96	Пром. 5	3,69	4,43
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42	Пром.2	2,12	2,54
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.3	7,40	9,62
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>1 015</b>	<b>31,15</b>	<b>31,6</b>	<b>119,82</b>	<b>968</b>		<b>127,89</b>	<b>184,21</b>
Полдник	Расстегай с мясом	75	9,43	8,04	22,48	267	П/9	21,65	32,47
	Чай с молоком	200	1,60	1,10	8,70	51	54-4гн-2022	4,93	7,40
	Фрукты свежие (Нектарины)	100	0,09	0,20	8,10	43	Пром.	14,50	18,85
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>375</b>	<b>11,12</b>	<b>9,34</b>	<b>39,28</b>	<b>361</b>		<b>41,08</b>	<b>58,72</b>
<b>ВСЕГО :</b>		<b>1 965</b>	<b>65,49</b>	<b>65,06</b>	<b>231,13</b>	<b>1 990</b>		<b>253,12</b>	<b>362,83</b>

Зав. пр. И. П. Давченко И.А.





