



Краснодеедов В. А.



Ежедневное меню
основного (организованного) питания

Возраст: 7-11 лет

Категория: 1-4 классы

Дата: 30.05.2025

День: 3

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	Ассорти овощное (огурцы/помидоры) (50/50)	100	0,90	0,13	2,87	17	№ Ас/12	11,38	14,79
	Омлет натуральный	200	16,93	24,00	4,40	301	1о-2022	54,00	80,98
	Какао с молоком	200	4,07	3,54	17,58	119	382-2017	14,68	22,01
	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	96	№ Пром.	3,87	4,65
	Хлеб ржаной	30	1,80	0,30	13,50	63	№ Пром.	3,34	4,00
	Фрукты свежие (персики)	100	0,90	0,10	9,50	45	Пром.	29,50	38,35
	Кондитерские изделия (пряники)	25	0,55	0,41	6,82	130	Пром.	9,52	12,38
	Итого за рацион питания :	695	27,95	29,28	74,67	771		126,29	177,16
Обед	Салат из соленых огурцов с луком	60	0,50	3,02	1,55	36	21-2017	8,79	11,63
	Суп из овощей	200	1,76	3,52	9,92	79	135-2004	11,98	17,66
	Птица запеченная	100	8,50	5,28	40,15	226	ТК № Д/9	64,00	96,01
	Картофель отварной с зеленью	160	3,25	12,10	25,76	194	634-22	22,16	33,24
	Сок натуральный	200	1,00		20,20	85	389-2017	17,00	22,10
	Хлеб пшеничный	55	3,85	1,10	27,50	131	№ Пром.7	5,32	6,39
	Хлеб ржаной	40	2,40	0,40	18,00	84	№ Пром.	4,45	5,34
	Ватрушка с творогом	75	9,22	5,48	29,18	202	410-2007	17,31	25,98
	Итого за рацион питания :	890	30,48	30,9	172,26	1 037		151,01	218,35
ВСЕГО :		1 585	58,43	60,18	246,93	1 808		277,30	395,51

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи