|  |  |
| --- | --- |
| *«УТВЕРЖДЕНО»*  Руководитель оператора питания  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ФИО | *«СОГЛАСОВАНО»*  Руководитель общеобразовательной организации  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ФИО |

**Ежедневное меню**

**основного (организованного) питания**

*Возрастная категория питающихся: дети 7-11 лет, дети инвалиды и ОВЗ Дата 08.09.2023г.*

*Неделя по цикличному меню:1*

*День по цикличному меню:5*

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Приём пищи** | **Наименование блюда** | **Вес блюда, грамм** | **Пищевые вещества, грамм** | | | **Энергетическая ценность, Ккал** | **№ рецептуры** | **Цена в рублях** |
| **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** |
| *Завтрак* | Овощи по-сезону | 100 | 1,1 | 0,2 | 3,8 | 22 | ТК | 12,25 |
| Рыба запеченная (филе минтая) с маслом сливочным (90/5) | 95 | 14,58 | 13,59 | 3,96 | 225,6 | ТК | 56,24 |
| Пюре картофельное | 160 | 3,41 | 5,55 | 21,12 | 148,69 | 54-11г-20, ТК | 22,10 |
| Сок фруктовый | 180 | 0,9 | 0 | 18,18 | 76,32 | ТК | 18,72 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,10 | 0,60 | 15,00 | 71,70 | ТК | 2,77 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 1,20 | 0,20 | 9,00 | 42,00 | ТК | 2,30 |
| **Итого за рацион питания:** | **585** | **23,29** | **20,14** | **71,06** | **586,31** |  | **114,38** |
| *Обед* | Сыр порционно | 20 | 4,64 | 5,9 | 0 | 72 | 015-17 | 18,88 |
| Суп картофельный с крупой | 200 | 1,68 | 2,24 | 15,28 | 114,4 | 138-04 | 9,76 |
| Запеканка из творога с сухофруктами со сметаной (150/5) | 155 | 7,25 | 6,61 | 97,67 | 403,15 | ТК | 86,94 |
| Чай с сахаром и лимоном | 200 | 0,13 | 0 | 10,2 | 42 | ТК | 3,07 |
| Фрукты свежие | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 | ТК | 21,13 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 2,8 | 0,8 | 20 | 95,6 | ТК | 3,70 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 1,2 | 0,2 | 9 | 42 | ТК | 2,30 |
| **Итого за рацион питания:** | **735** | **18,1** | **16,15** | **161,95** | **816,15** |  | **145,78** |
| *Полдник* | Пирожок печеный с картофелем | 100 | 6,03 | 7,6 | 36,9 | 240 | 406-17 | 14,32 |
| Компот из свежих плодов | 200 | 0,16 | 0,16 | 27,81 | 105 | 342-17, TК | 13,83 |
| **Итого за рацион питания:** | **300** | **6,19** | **7,76** | **64,71** | **345** |  | **28,15** |