

«УТВЕРЖДЕНО»
Руководитель АНО «Школьное питание»



Шевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»
Руководитель общеобразовательной организации



**Ежедневное меню
основного (организованного) питания***

Возрастная категория питающихся: 7 - 11 лет, ОВЗ, дети-инвалиды

Дата: 10.11.2023

Неделя по цикличному меню: 1

День цикличному меню: 5

*овощи очищенные

| 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 | Огурцы соленые | 100 | 0,80 | 0,10 | 1,70 | 10 | 70-17 | 12,65 | 16,45 |
| | Рыба, запеченая с маслом (филе минтай) | 95 | 14,58 | 13,59 | 3,96 | 226 | ТК | 47,27 | 70,91 |
| | Картофельное пюре | 160 | 3,41 | 5,55 | 21,12 | 149 | 54-11г-20, ТК | 15,37 | 23,06 |
| | Сок фруктовый | 180 | 0,68 | | 18,51 | 77 | 389-17,Т К | 14,40 | 18,72 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,10 | 0,60 | 15,00 | 72 | ТК | 2,31 | 2,77 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1,20 | 0,20 | 9,00 | 42 | ТК | 1,67 | 2,00 |
| | Итого за рацион питания : | 585 | 22,77 | 20,04 | 69,29 | 576 | | 93,67 | 133,91 |
| Обед | Сыр порционно | 20 | 4,64 | 5,90 | | 72 | 015-17 | 12,59 | 18,88 |
| | Суп картофельный с крупой (пшеничной) | 200 | 1,68 | 2,24 | 15,28 | 114 | 138-04 | 7,04 | 10,58 |
| | Запеканка из творога с курагой со сметаной | 155 | 7,25 | 6,61 | 97,68 | 403 | ТК | 58,12 | 87,20 |
| | Чай с сахаром и лимоном | 200 | 0,13 | | 10,20 | 42 | ТК | 2,05 | 3,07 |
| | Фрукты (яблоки) | 100 | 0,38 | 0,35 | 8,92 | 40 | ТК | 7,40 | 9,62 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 2,80 | 0,80 | 20,00 | 96 | ТК | 3,08 | 3,70 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1,20 | 0,20 | 9,00 | 42 | ТК | 1,67 | 2,00 |
| | Итого за рацион питания : | 735 | 18,08 | 16,1 | 161,08 | 809 | | 91,95 | 135,05 |
| Полдник | Пирожки печеные из дрожжевого теста с картофелем | 100 | 6,03 | 7,60 | 36,90 | 240 | 406-17 | 10,24 | 15,35 |
| | Компот из вишни | 200 | 0,20 | | 32,50 | 126 | 342-17,Т К | 9,22 | 13,83 |
| | Итого за рацион питания : | 300 | 6,23 | 7,6 | 69,4 | 366 | | 19,46 | 29,18 |

«УТВЕРЖДЕНО»
Руководитель АНО «Школьное питание»

Шевченко М. С.



«СОГЛАСОВАНО»
Руководитель общеобразовательной организации



Ежедневное меню основного (организованного) питания

Возрастная категория питающихся: 12 и старше, ОВЗ, дети-инвалиды

Дата: 10.11.2023

Неделя по цикличному меню: 1

День цикличному меню: 5

*овощи очищенные

| 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 из соленых овощей | 110 | 1,05 | 0,66 | 1,14 | 17 | 70-17 | 13,31 | 17,30 |
| | Рыба, запеченная с маслом (филе минтай) | 115 | 17,65 | 16,45 | 4,79 | 273 | ТК | 57,24 | 85,85 |
| | Картофельное пюре | 180 | 3,84 | 6,24 | 23,76 | 167 | 54-11г-20, ТК | 17,29 | 25,93 |
| | Сок фруктовый | 180 | 0,68 | | 18,51 | 77 | 389-17,Т К | 14,40 | 18,72 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 2,80 | 0,80 | 20,00 | 96 | ТК | 3,08 | 3,70 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 1,80 | 0,30 | 13,50 | 63 | ТК | 2,51 | 3,01 |
| | Итого за рацион питания : | 655 | 27,82 | 24,45 | 81,7 | 693 | | 107,83 | 154,51 |
| Обед | Суп картофельный с крупой (пшеничной) | 250 | 2,10 | 2,80 | 19,10 | 143 | 138-04 | 8,81 | 13,23 |
| | Запеканка из творога с курагой со сметаной | 200 | 9,36 | 8,53 | 126,03 | 520 | ТК | 75,01 | 112,52 |
| | Чай с сахаром и лимоном | 200 | 0,13 | | 10,20 | 42 | ТК | 2,05 | 3,07 |
| | Фрукты (яблоки) | 100 | 0,38 | 0,35 | 8,92 | 40 | ТК | 7,40 | 9,62 |
| | Хлеб пшеничный | 60 | 4,20 | 1,20 | 30,00 | 143 | ТК | 4,62 | 5,54 |
| | Хлеб ржаной | 40 | 2,40 | 0,40 | 18,00 | 84 | ТК | 3,34 | 4,01 |
| | Итого за рацион питания : | 850 | 18,57 | 13,28 | 212,25 | 972 | | 101,23 | 147,99 |
| Полдник | Растегай с мясом | 100 | 15,57 | 10,72 | 29,97 | 250 | 743-04 | 27,13 | 40,71 |
| | Компот из вишни (с/м) | 200 | 0,20 | | 32,50 | 126 | 342-17,Т К | 9,22 | 13,83 |
| | Фрукты (яблоки) | 100 | 0,38 | 0,35 | 8,92 | 40 | ТК | 7,40 | 9,62 |
| | Итого за рацион питания : | 400 | 16,15 | 11,07 | 71,39 | 416 | | 43,75 | 64,16 |