

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО «Школьное питание»



Шевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»
Руководитель общеобразовательной организации



Ежедневное меню

основного (организованного) питания*

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

Дата: 11.01.2024

Неделя по цикличному меню: 1

День цикличному меню: 4

* очищенные овощи

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептур	Цена продуктового набора в рублях	Цена всего в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы				
Завтрак	Морковные палочки	90	0,99	0,18	3,42	39	ТК	5,67	8,51
	Вок "Курица с рисом и овощами"	150	8,40	15,45	28,05	215	310-16	47,97	71,96
	Кисель из кураги	200	0,41		20,06	82	№784 стр.442	6,58	9,87
	Фрукты (яблоки)	100	0,38	0,35	8,92	40	ТК	7,40	9,62
	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	72	ТК	2,40	2,88
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42	ТК	1,83	2,20
	Итого за рацион питания :	590	13,48	16,78	84,45	490		71,85	105,04
Обед	Салат из свеклы с маслом	60	1,08	3,66	8,58	63	52-17	4,18	6,27
	Борщ сибирский с капустой свежей	200	3,12	3,44	12,80	94	111-04	13,69	20,55
	Омлет с овощами и маслом сливочным	180	18,20	26,80	5,20	318	ТК	55,79	82,89
	Кофейный напиток	200	3,17	2,78	15,95	101	ТК	12,86	19,29
	Фрукты (яблоки)	100	0,38	0,35	8,92	40	ТК	7,40	9,62
	Хлеб пшеничный	50	3,50	1,00	25,00	120	ТК	4,00	4,80
	Хлеб ржаной	30	1,80	0,30	13,50	63	ТК	2,75	3,30
Итого за рацион питания :	820	31,25	38,33	89,95	799		100,67	146,72	
Полдник	Котлета говяжья, запеченная в тесте	100	11,99	10,41	33,17	274	420-17	30,15	44,99
	Сок фруктовый	200	0,76		20,57	86	389-17,Т К	16,00	20,80
	Итого за рацион питания :	300	12,75	10,41	53,74	360		46,15	65,79

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО



Шевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации



Ежедневное меню основного (организованного) питания *

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

Дата: 11.01.2024

Неделя по циклическому меню: 1

День циклическому меню: 4

* очищенные овощи

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	Цена продукта ового набора в рублях	Цена всего в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы				
Завтрак	Морковные палочки	120	1,32	0,24	4,56	53	ТК	7,56	11,34
	Вок "Курица с рисом и овощами"	200	11,20	20,60	37,40	287	310-16	63,97	95,94
	Кисель из кураги	200	0,41		20,06	82	№784 стр.442	6,58	9,87
	Кондитерские изделия (пряники 25гр)	25	0,55	0,41	6,82	33	ТК	8,90	11,57
	Хлеб пшеничный	50	3,50	1,00	25,00	120	ТК	4,00	4,80
	Хлеб ржаной	30	1,80	0,30	13,50	63	ТК	2,75	3,30
	Итого за рацион питания :	625	18,78	22,55	107,34	638		93,76	136,82
Обед	Сыр порционно	30	6,96	8,85		108	015-17	18,88	28,32
	Борщ сибирский с капустой белокочанной	250	3,90	4,30	16,00	118	111-04	14,37	21,57
	Омлет с овощами и маслом сливочным	220	22,25	32,76	6,36	389	ТК	68,19	101,31
	Кофейный напиток	200	3,17	2,78	15,95	101	ТК	12,86	19,29
	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	4,80	5,76
	Хлеб ржаной	40	2,40	0,40	18,00	84	ТК	3,67	4,40
	Итого за рацион питания :	900	43,26	50,64	95,23	983		130,17	190,27
Полдник	Котлета говяжья, запеченная в тесте	100	11,99	10,41	33,17	274	420-17	30,15	44,99
	Сок фруктовый	200	0,76		20,57	86	389-17,ТК	16,00	20,80
	Фрукты (яблоки)	100	0,38	0,35	8,92	40	ТК	7,40	9,62
	Итого за рацион питания :	400	13,13	10,76	62,66	400		53,55	75,41