

«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: 07.02.2024

Неделя по цикличному меню: 1

День цикличному меню: 3

\*\* очищенный картофель

| 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    | Сыр порционно                       | 10               | 2,32                    | 2,95         | 0             | 36                            | 015-17        | 6,29                              | 9,44                |
|            | Пудинг из творога со сметаной       | 200/5            | 16,6                    | 19,7         | 32,27         | 402,3                         | 362-04        | 71,62                             | 107,42              |
|            | Кефир порционно                     | 200              | 5,8                     | 5            | 8             | 100                           | 386-17,Т<br>К | 15,11                             | 19,64               |
|            | Фрукты (яблоки)                     | 100              | 0,40                    | 0,40         | 9,8           | 47                            | ТК            | 7,40                              | 9,62                |
|            | Хлеб пшеничный                      | 30               | 2,1                     | 0,6          | 15            | 72                            | ТК            | 2,40                              | 2,88                |
|            | Хлеб ржаной                         | 30               | 1,8                     | 0,3          | 13,5          | 63                            | ТК            | 2,75                              | 3,30                |
|            | <b>Итого за рацион питания :</b>    | <b>575</b>       | <b>29,02</b>            | <b>28,95</b> | <b>78,57</b>  | <b>720,3</b>                  |               | <b>105,57</b>                     | <b>152,30</b>       |
| Обед       | Суп картофельный с горохом          | 250              | 6,2                     | 5,6          | 22,3          | 167                           | 139-4         | 9,50                              | 14,26               |
|            | Шницель рыбный натуральный с маслом | 105              | 13,02                   | 14,51        | 7,98          | 230                           | 235-17        | 42,13                             | 63,18               |
|            | Картофель отварной                  | 180              | 3,6                     | 9,18         | 28,62         | 218                           | 518-04        | 16,32                             | 24,47               |
|            | Какао с молоком                     | 200              | 4,08                    | 3,54         | 17,58         | 118,89                        | 382-17,<br>ТК | 12,57                             | 18,87               |
|            | Фрукты (яблоки)                     | 100              | 0,40                    | 0,40         | 9,8           | 47                            | ТК            | 7,40                              | 9,62                |
|            | Хлеб пшеничный                      | 50               | 3,5                     | 1            | 25            | 120                           | ТК            | 4,00                              | 4,80                |
|            | Хлеб ржаной                         | 50               | 3                       | 0,5          | 22,5          | 105                           | ТК            | 4,58                              | 5,50                |
|            | <b>Итого за рацион питания :</b>    | <b>935</b>       | <b>33,8</b>             | <b>34,73</b> | <b>133,78</b> | <b>1005,89</b>                |               | <b>96,50</b>                      | <b>140,70</b>       |
| Полдник    | Ватрушка с творогом                 | 100              | 12,3                    | 7,31         | 38,9          | 269,33                        | 410-17        | 18,95                             | 28,41               |
|            | Кефир порционно                     | 250              | 7,25                    | 6,25         | 10            | 125                           | 386-17,Т<br>К | 18,89                             | 24,56               |
|            | <b>Итого за рацион питания :</b>    | <b>350</b>       | <b>19,55</b>            | <b>13,56</b> | <b>48,9</b>   | <b>394,33</b>                 |               | <b>37,84</b>                      | <b>52,97</b>        |



«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

Шевченко М. С.

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

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

Дата: 07.02.2024

Неделя по цикличному меню: 1

День цикличному меню: 3

\*\* очищенный картофель

| 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    | Сыр порционно                       | 20               | 4,64                    | 5,9          | 0             | 72                            | 015-17        | 12,59                             | 18,88               |
|            | Пудинг из творога со сметаной       | 140/10           | 11,66                   | 13,79        | 22,6          | 302,5                         | 362-04        | 52,38                             | 78,61               |
|            | Кефир порционно                     | 180              | 5,22                    | 4,5          | 7,2           | 90                            | 386-17,Т<br>К | 13,60                             | 17,68               |
|            | Фрукты (яблоки)                     | 100              | 0,40                    | 0,40         | 9,8           | 47                            | ТК            | 7,40                              | 9,62                |
|            | Хлеб пшеничный                      | 30               | 2,1                     | 0,6          | 15            | 72                            | ТК            | 2,40                              | 2,88                |
|            | Хлеб ржаной                         | 20               | 1,2                     | 0,2          | 9             | 42                            | ТК            | 1,83                              | 2,20                |
|            | <b>Итого за рацион питания :</b>    | <b>500</b>       | <b>25,22</b>            | <b>25,39</b> | <b>63,6</b>   | <b>625,5</b>                  |               | <b>90,20</b>                      | <b>129,87</b>       |
| Обед       | Кукуруза консервированная           | 60               | 1,2                     | 0,48         | 7,32          | 37                            | 173-17        | 18,72                             | 24,34               |
|            | Суп картофельный с горохом          | 200              | 4,96                    | 4,48         | 17,84         | 133,6                         | 139-04        | 7,60                              | 11,40               |
|            | Шницель рыбный натуральный с маслом | 105              | 13,02                   | 14,51        | 7,98          | 230                           | 235-17        | 42,13                             | 63,18               |
|            | Картофель отварной                  | 150              | 3                       | 7,65         | 23,85         | 182                           | 518-04        | 13,60                             | 20,40               |
|            | Какао с молоком                     | 180              | 3,67                    | 3,19         | 15,82         | 107                           | 382-17,Т<br>К | 11,32                             | 16,97               |
|            | Хлеб пшеничный                      | 50               | 3,5                     | 1            | 25            | 120                           | ТК            | 4,00                              | 4,80                |
|            | Хлеб ржаной                         | 30               | 1,8                     | 0,3          | 13,5          | 63                            | ТК            | 2,75                              | 3,30                |
|            | <b>Итого за рацион питания :</b>    | <b>775</b>       | <b>31,15</b>            | <b>31,61</b> | <b>111,31</b> | <b>690,6</b>                  |               | <b>100,12</b>                     | <b>144,39</b>       |
| Полдник    | Ватрушка с творогом                 | 100              | 12,3                    | 7,31         | 38,9          | 269,33                        | 410-17        | 18,95                             | 28,41               |
|            | Кефир порционно                     | 200              | 5,8                     | 5            | 8             | 100                           | 386-17,Т<br>К | 15,11                             | 19,64               |
|            | <b>Итого за рацион питания :</b>    | <b>300</b>       | <b>18,10</b>            | <b>12,31</b> | <b>46,9</b>   | <b>369,33</b>                 |               | <b>34,06</b>                      | <b>48,05</b>        |