

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО «Школьное питание»

Щевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации



**Ежедневное меню**

**основного (организованного) питания \*\***

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

Дата: 09.01.2024

Неделя по цикличному меню: 1

День цикличному меню: 2

\*\* 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                          | Огурцы соленые                   | 120              | 0,96                    | 0,12          | 2,04         | 12                            | 70-17         | 15,18                             | 19,73               |
|                                  | Шницель говяжий                  | 100              | 15,72                   | 13,82         | 14,04        | 245                           | 451-04        | 52,34                             | 78,07               |
|                                  | Картофельное пюре                | 180              | 3,84                    | 6,24          | 23,76        | 167                           | 54-11г-20, ТК | 17,40                             | 26,11               |
|                                  | Чай с сахаром и лимоном          | 200              | 0,13                    |               | 10,20        | 42                            | ТК            | 2,44                              | 3,65                |
|                                  | Хлеб пшеничный                   | 30               | 2,10                    | 0,60          | 15,00        | 72                            | ТК            | 2,40                              | 2,88                |
|                                  | Хлеб ржаной                      | 30               | 1,80                    | 0,30          | 13,50        | 63                            | ТК            | 2,75                              | 3,30                |
|                                  | <b>Итого за рацион питания :</b> | <b>660</b>       | <b>24,55</b>            | <b>21,08</b>  | <b>78,54</b> | <b>601</b>                    |               | <b>92,51</b>                      | <b>133,74</b>       |
| Обед                             | Суп из овощей                    | 250              | 2,20                    | 4,40          | 12,40        | 99                            | 135-04        | 10,18                             | 14,94               |
|                                  | Гратен из печени                 | 120              | 21,32                   | 13,53         | 8,95         | 275                           | ТК            | 44,14                             | 65,89               |
|                                  | Ризотто с овощами                | 180              | 4,84                    | 9,58          | 39,46        | 254                           | ТК            | 21,57                             | 29,36               |
|                                  | Сок фруктовый                    | 180              | 0,68                    |               | 18,51        | 77                            | 389-17,ТК     | 14,40                             | 18,72               |
|                                  | Ирис молочный                    | 25               | 1,00                    | 2,00          | 24,00        | 120                           | ТК            | 9,48                              | 12,32               |
|                                  | 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                      | 40               | 2,40                    | 0,40          | 18,00        | 84                            | ТК            | 3,67                              | 4,40                |
| <b>Итого за рацион питания :</b> | <b>945</b>                       | <b>36,32</b>     | <b>31,26</b>            | <b>155,24</b> | <b>1 069</b> |                               | <b>114,84</b> | <b>160,05</b>                     |                     |
| Полдник                          | Булочка с сыром                  | 100              | 11,90                   | 16,40         | 41,60        | 366                           | ТК            | 17,79                             | 26,69               |
|                                  | Чай с сахаром и лимоном          | 200              | 0,13                    |               | 10,20        | 42                            | ТК            | 2,44                              | 3,65                |
|                                  | Фрукты (яблоки)                  | 100              | 0,38                    | 0,35          | 8,92         | 40                            | ТК            | 7,40                              | 9,62                |
|                                  | <b>Итого за рацион питания :</b> | <b>400</b>       | <b>12,41</b>            | <b>16,75</b>  | <b>60,72</b> | <b>448</b>                    |               | <b>27,63</b>                      | <b>39,96</b>        |

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"



«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

/

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

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

Дата: 09.01.2024

Неделя по цикличному меню: 1

День цикличному меню: 2

\*\* 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    | Ассорти из соленых овощей        | 70               | 0,67                    | 0,42         | 0,73         | 11                            | 70-17         | 8,47                              | 11,02               |
|            | Шницель говяжий                  | 100              | 15,72                   | 13,82        | 14,04        | 245                           | 451-04        | 52,34                             | 78,07               |
|            | Картофельное пюре                | 160              | 3,41                    | 5,55         | 21,12        | 149                           | 54-11г-20, ТК | 15,47                             | 23,22               |
|            | Чай с сахаром и лимоном          | 200              | 0,13                    |              | 10,20        | 42                            | ТК            | 2,44                              | 3,65                |
|            | 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                |
|            | <b>Итого за рацион питания :</b> | <b>580</b>       | <b>23,23</b>            | <b>20,59</b> | <b>70,09</b> | <b>561</b>                    |               | <b>82,95</b>                      | <b>121,04</b>       |
| Обед       | Морковные палочки                | 60               | 0,66                    | 0,12         | 2,28         | 26                            | ТК            | 3,19                              | 4,79                |
|            | Суп из овощей                    | 200              | 1,76                    | 3,52         | 9,92         | 79                            | 135-04        | 8,14                              | 11,94               |
|            | Гратен из печени                 | 120              | 21,32                   | 13,53        | 8,95         | 275                           | ТК            | 44,14                             | 65,89               |
|            | Ризотто с овощами                | 150              | 4,04                    | 7,98         | 32,88        | 212                           | ТК            | 17,96                             | 24,46               |
|            | Сок фруктовый                    | 200              | 0,76                    |              | 20,57        | 86                            | 389-17,ТК     | 16,00                             | 20,80               |
|            | Ирис молочный                    | 25               | 1,00                    | 2,00         | 24,00        | 120                           | ТК            | 9,48                              | 12,32               |
|            | Хлеб пшеничный                   | 40               | 2,80                    | 0,80         | 20,00        | 96                            | ТК            | 3,20                              | 3,84                |
|            | Хлеб ржаной                      | 20               | 1,20                    | 0,20         | 9,00         | 42                            | ТК            | 1,83                              | 2,20                |
|            | <b>Итого за рацион питания :</b> | <b>815</b>       | <b>33,54</b>            | <b>28,15</b> | <b>127,6</b> | <b>936</b>                    |               | <b>103,94</b>                     | <b>146,24</b>       |
| Полдник    | Булочка творожная                | 100              | 13,08                   | 6,06         | 38,68        | 300                           | 440-17        | 17,86                             | 26,78               |
|            | Чай с сахаром и лимоном          | 200              | 0,13                    |              | 10,20        | 42                            | ТК            | 2,44                              | 3,65                |
|            | <b>Итого за рацион питания :</b> | <b>300</b>       | <b>13,21</b>            | <b>6,06</b>  | <b>48,88</b> | <b>342</b>                    |               | <b>20,30</b>                      | <b>30,43</b>        |