

«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: 10.01.2024

Неделя по циклическому меню: 1

День циклическому меню: 3

** очищенный картофель

| Приним 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 | Сыр порционно | 10 | 2,32 | 2,95 | | 36 | 015-17 | 6,29 | 9,44 |
| | Пудинг из творога со сметаной | 205 | 23,90 | 28,27 | 40,57 | 621 | 362-04 | 72,25 | 108,36 |
| | Кефир порционно | 200 | 5,46 | 4,40 | 7,28 | 90 | 386-17,ТК | 15,11 | 19,64 |
| | 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 | 30 | 1,80 | 0,30 | 13,50 | 63 | ТК | 2,75 | 3,30 |
| | Итого за рацион питания : | 575 | 35,96 | 36,87 | 85,27 | 922 | | 106,20 | 153,24 |
| Обед | Суп картофельный с горохом | 250 | 4,60 | 4,48 | 17,84 | 134 | 139-4 | 9,50 | 14,26 |
| | Шницель рыбный натуральный с маслом | 105 | 13,02 | 14,51 | 7,98 | 230 | 235-17 | 42,40 | 63,58 |
| | Картофель отварной | 180 | 3,60 | 9,18 | 28,62 | 218 | 518-04 | 16,32 | 24,47 |
| | Какао с молоком | 200 | 3,54 | 3,43 | 23,82 | 140 | ТК | 12,57 | 18,87 |
| | 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 | 50 | 3,00 | 0,50 | 22,50 | 105 | ТК | 4,58 | 5,50 |
| | Итого за рацион питания : | 935 | 31,64 | 33,45 | 134,68 | 987 | | 96,77 | 141,10 |
| Полдник | Ватрушка с творогом | 100 | 11,29 | 7,01 | 38,10 | 261 | 410-17 | 19,51 | 29,25 |
| | Кефир порционно | 250 | 6,83 | 5,50 | 9,10 | 113 | 386-17,ТК | 18,89 | 24,56 |
| | Итого за рацион питания : | 350 | 18,12 | 12,51 | 47,2 | 374 | | 38,40 | 53,81 |

«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: 10.01.2024

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 | 5,90 | | 72 | 015-17 | 12,59 | 18,88 |
| | Пудинг из творога со сметаной | 150 | 17,49 | 20,69 | 29,69 | 454 | 362-04 | 52,84 | 79,30 |
| | Кефир порционно | 180 | 4,91 | 3,96 | 6,55 | 81 | 386-17,ТК | 13,60 | 17,68 |
| | 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 : | 500 | 30,72 | 31,7 | 69,16 | 761 | | 90,66 | 130,56 |
| Обед | Кукуруза консервированная | 60 | 1,20 | 0,48 | 7,32 | 37 | 173-17 | 18,72 | 24,34 |
| | Суп картофельный с горохом | 200 | 3,68 | 3,58 | 14,27 | 107 | 139-4 | 7,60 | 11,40 |
| | Шницель рыбный натуральный с маслом | 105 | 13,02 | 14,51 | 7,98 | 230 | 235-17 | 42,40 | 63,58 |
| | Картофель отварной | 150 | 3,00 | 7,65 | 23,85 | 182 | 518-04 | 13,60 | 20,40 |
| | Какао с молоком | 180 | 3,19 | 3,09 | 21,44 | 126 | ТК | 11,32 | 16,97 |
| | 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 : | 775 | 29,39 | 30,61 | 113,36 | 865 | | 100,39 | 144,79 |
| Полдник | Ватрушка с творогом | 100 | 11,29 | 7,01 | 38,10 | 261 | 410-17 | 19,51 | 29,25 |
| | Кефир порционно | 200 | 5,46 | 4,40 | 7,28 | 90 | 386-17,ТК | 15,11 | 19,64 |
| | Итого за рацион питания : | 300 | 16,75 | 11,41 | 45,38 | 351 | | 34,62 | 48,89 |