

«УТВЕРЖЕНО»
Руководитель АНО «Школьное питание»



ЛШевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

В. В. В. 1 С. Ф. Карлов



Ежедневное меню
основного (организованного) питания

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

Дата: 01.12.2023

Неделя по циклическому меню: 2

День циклическому меню: 5

| 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 | Морковные палочки | 80 | 1,04 | 0,08 | 5,52 | 28 | ТК | 4,00 | 6,00 |
| | Гратен из печени | 90 | 15,99 | 10,15 | 6,71 | 206 | ТК | 33,10 | 49,38 |
| | Макароны отварные с овощами | 150 | 5,17 | 5,99 | 28,52 | 188 | 205-17 | 9,37 | 14,05 |
| | Сок фруктовый | 180 | 0,68 | | 18,51 | 77 | 389-17,ТК | 14,40 | 18,72 |
| | 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 : | 550 | 26,18 | 17,02 | 83,26 | 613 | | 65,10 | 93,23 |
| Обед | Салат из соленых огурцов с луком | 60 | 0,49 | 3,02 | 1,10 | 34 | 21-17 | 7,78 | 10,28 |
| | Борщ с капустой белокочанной и картофелем | 200 | 1,60 | 4,16 | 4,16 | 84 | 110-04 | 9,10 | 13,62 |
| | Рыба, запеченная с маслом | 95 | 14,58 | 13,59 | 3,96 | 226 | ТК | 47,27 | 70,91 |
| | Картофель отварной с луком | 150 | 3,20 | 8,40 | 26,10 | 181 | 204-04 | 19,00 | 28,50 |
| | Фрукты (яблоки) | 100 | 0,38 | 0,35 | 8,92 | 40 | ТК | 7,40 | 9,62 |
| | Сок фруктовый | 200 | 0,76 | | 20,57 | 86 | 389-17,ТК | 16,00 | 20,80 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 2,80 | 0,80 | 20,00 | 96 | ТК | 3,20 | 3,84 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 1,80 | 0,30 | 13,50 | 63 | ТК | 2,75 | 3,30 |
| | Итого за рацион питания : | 875 | 25,61 | 30,62 | 98,31 | 810 | | 112,50 | 160,87 |
| Полдник | Бутерброд с сыром | 60 | 11,90 | 16,40 | 41,60 | 183 | ТК | 21,29 | 31,22 |
| | Какао с молоком | 180 | 3,19 | 3,09 | 21,44 | 126 | ТК | 11,32 | 16,97 |
| | Фрукты (яблоки) | 100 | 0,38 | 0,35 | 8,92 | 40 | ТК | 7,40 | 9,62 |
| | Итого за рацион питания : | 340 | 15,47 | 19,84 | 71,96 | 349 | | 40,01 | 57,81 |

«УТВЕРЖДЕНО»
Руководитель АНО «Школьное питание»

Александрович
М. С.

«СОГЛАСОВАНО»
Руководитель общеобразовательной организации

Карелов С. Ф. Карелов

**Ежедневное меню
основного (организованного) питания**

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

Дата: 01.12.2023

Неделя по циклическому меню: 2

День циклическому меню: 5

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм | | | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептур | Цена продукта ового набора в рублях | Цена всего в рублях |
|------------|---|------------------|-------------------------|--------------|--------------|-------------------------------|------------------|-------------------------------------|---------------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | | | |
| Завтрак | Морковные палочки | 100 | 1,30 | 0,10 | 6,90 | 35 | ТК | 5,00 | 7,50 |
| | Гратен из печени | 120 | 21,32 | 13,53 | 8,95 | 275 | ТК | 44,11 | 65,85 |
| | Макароны отварные с овощами | 180 | 6,21 | 7,19 | 34,23 | 226 | 205-17 | 11,25 | 16,87 |
| | 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 | 2,40 | 2,88 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 1,80 | 0,30 | 13,50 | 63 | ТК | 2,75 | 3,30 |
| | Итого за рацион питания : | 640 | 33,41 | 21,72 | 97,09 | 748 | | 79,91 | 115,12 |
| Обед | Салат из соленых огурцов с луком | 100 | 0,82 | 5,03 | 1,83 | 56 | 21-17 | 12,97 | 17,11 |
| | Борщ с капустой белокочанной и картофелем | 250 | 2,00 | 5,20 | 5,20 | 106 | 110-04 | 11,36 | 17,03 |
| | Рыба, запеченная с маслом | 120 | 18,42 | 17,17 | 5,00 | 285 | ТК | 59,72 | 89,58 |
| | Картофельное пюре | 180 | 3,84 | 6,24 | 23,76 | 167 | 54-11г-20, ТК | 16,41 | 24,62 |
| | Кофейный напиток | 200 | 3,17 | 2,78 | 15,95 | 101 | ТК | 12,86 | 19,29 |
| | 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 |
| | Итого за рацион питания : | 940 | 34,15 | 37,82 | 94,74 | 919 | | 120,99 | 176,83 |
| Полдник | Булочка творожная | 100 | 6,54 | 3,03 | 19,34 | 150 | 440-17 | 17,44 | 26,15 |
| | Сок фруктовый | 180 | 0,68 | | 18,51 | 77 | 389-17,Т К | 14,40 | 18,72 |
| | Фрукты (яблоки) | 100 | 0,38 | 0,35 | 8,92 | 40 | ТК | 7,40 | 9,62 |
| | Итого за рацион питания : | 380 | 7,6 | 3,38 | 46,77 | 267 | | 39,24 | 54,49 |