

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"

/Шевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

В. Чумаков

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

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

Дата: 28.10.2023

Неделя по циклическому меню: 2

День циклическому меню: 6

**картофель очищенный

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм | | | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры | Цена продукта набора в рублях | Цена всего в рублях |
|------------|----------------------------------|------------------|-------------------------|--------------|--------------|-------------------------------|---------------|-------------------------------|---------------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | | | |
| Завтрак | Салат из моркови с сухофруктами | 100 | 1,36 | 4,47 | 11,58 | 92 | №76, стр.39 | 9,27 | 13,89 |
| | Пудинг из творога со сметаной | 205 | 23,90 | 28,27 | 40,57 | 621 | 362-04 | 71,37 | 107,04 |
| | Хлеб ржаной | 25 | 1,50 | 0,25 | 11,25 | 53 | ТК | 2,09 | 2,51 |
| | Хлеб пшеничный | 35 | 2,45 | 0,70 | 17,50 | 84 | ТК | 2,70 | 3,23 |
| | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,09 | | 17,00 | 68 | №495, стр.299 | 6,83 | 10,24 |
| | Итого за рацион питания : | 565 | 29,3 | 33,69 | 97,9 | 918 | | 92,26 | 136,91 |
| Обед | Огурцы свежие порция | 100 | 0,70 | 0,10 | 1,90 | 12 | ТК | 8,51 | 11,06 |
| | Суп с лапшой | 250 | 0,33 | 3,33 | 1,68 | 38 | 280 стр.151 | 3,25 | 4,87 |
| | Жаркое по-домашнему | 300 | 25,76 | 29,64 | 29,07 | 486 | №504, стр.291 | 106,99 | 160,48 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0,07 | 0,02 | 10,00 | 40 | ТК | 1,82 | 2,72 |
| | Хлеб пшеничный | 28 | 1,96 | 0,56 | 14,00 | 67 | ТК | 2,16 | 2,59 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1,20 | 0,20 | 9,00 | 42 | ТК | 1,67 | 2,00 |
| | Итого за рацион питания : | 898 | 30,02 | 33,85 | 65,65 | 685 | | 124,40 | 183,72 |
| Полдник | Фрукты (яблоки) | 160 | 0,61 | 0,56 | 14,27 | 64 | ТК | 11,84 | 15,39 |
| | Сок фруктовый | 200 | 0,76 | | 20,57 | 86 | 389-17,ТК | 16,00 | 20,80 |
| | Булочка творожная | 150 | 9,81 | 4,55 | 29,01 | 225 | 440-17 | 25,94 | 38,92 |
| | Итого за рацион питания : | 510 | 11,18 | 5,11 | 63,85 | 375 | | 53,78 | 75,11 |

