

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО «Школьное питание»

Шевцова М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

Е. В. Челищев

23.04.2024

Ежедневное меню
основного (организованного) питания **

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

Дата: 12.04.2024

Неделя по цикличному меню: 1

День цикличному меню: 5

** очищенный картофель



| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм | | | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептур | Цена продуктового набора в рублях | Цена всего в рублях |
|------------|--|------------------|-------------------------|--------------|---------------|-------------------------------|------------|-----------------------------------|---------------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | | | |
| Завтрак | Помидоры свежие | 100 | 1,10 | 0,20 | 3,80 | 22 | 71-17 | 15,34 | 19,94 |
| | Рыба, запеченная с маслом (горбуша) | 90/5 | 14,70 | 13,70 | 4,00 | 194 | ТК | 50,33 | 75,48 |
| | Картофельное пюре | 160 | 3,41 | 5,55 | 21,12 | 149 | 54-11 | 15,50 | 23,27 |
| | Сок фруктовый | 180 | 0,90 | | 18,18 | 76 | 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 : | 585 | 23,41 | 20,25 | 71,1 | 555 | | 99,80 | 142,49 |
| Обед | Сыр порционнo | 20 | 4,64 | 5,90 | | 72 | 015-17 | 12,59 | 18,88 |
| | Суп картофельный с крупой пшеничной | 200 | 1,68 | 2,24 | 15,28 | 114 | 138-04 | 7,08 | 10,63 |
| | Запеканка из творога с курагой со сметаной | 150/5 | 7,25 | 6,61 | 97,67 | 403 | ТК | 56,38 | 84,57 |
| | Чай с сахаром и лимоном | 200 | 0,13 | | 10,20 | 42 | ТК | 2,44 | 3,65 |
| | Фрукты(Апельсины) | 100 | 0,90 | 0,20 | 8,10 | 38 | 393-16 | 10,00 | 13,00 |
| | 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 |
| | Итого за рацион питания : | 735 | 18,6 | 15,95 | 160,25 | 807 | | 93,52 | 136,77 |
| Полдник | Пирожки печеные из дрожжевого теста с картофелем | 100 | 6,03 | 7,60 | 36,90 | 240 | 406-17 | 8,53 | 12,78 |
| | Компот из вишни | 200 | 0,16 | 0,16 | 27,81 | 105 | 342-17,ТК | 13,57 | 20,34 |
| | Итого за рацион питания : | 300 | 6,19 | 7,76 | 64,71 | 345 | | 22,10 | 33,12 |

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО «Школьное питание»

Шевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

В. Ческинов

Ежедневное меню

основного (организованного) питания **

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

Дата: 12.04.2024

Неделя по циклическому меню: 1

День циклическому меню: 5

** 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 | 110 | 1,21 | 0,22 | 4,18 | 13 | 70-17 | 13,92 | 18,09 |
| | Рыба, запеченная с маслом (горбуша) | 110/5 | 17,83 | 16,60 | 4,79 | 235 | ТК | 60,52 | 90,78 |
| | Картофельное пюре | 180 | 3,84 | 6,24 | 23,76 | 167 | 54-11 | 17,48 | 26,21 |
| | Сок фруктовый | 180 | 0,90 | | 18,18 | 76 | 389-17,Т К | 14,40 | 18,72 |
| | 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 : | 655 | 28,38 | 24,16 | 84,41 | 650 | | 112,27 | 160,94 |
| Обед | Суп картофельный с крупой пшеничной | 250 | 2,10 | 2,80 | 19,10 | 143 | 138-04 | 8,82 | 13,24 |
| | Запеканка из творога с курагой со сметаной | 195/5 | 9,39 | 8,37 | 126,93 | 472 | ТК | 72,94 | 109,44 |
| | Чай с сахаром и лимоном | 200 | 0,13 | | 10,20 | 42 | ТК | 2,44 | 3,65 |
| | Фрукты(Апельсины) | 100 | 0,90 | 0,20 | 8,10 | 38 | 393-16 | 10,00 | 13,00 |
| | Хлеб пшеничный | 60 | 4,20 | 1,20 | 30,00 | 143 | ТК | 4,80 | 5,76 |
| | Хлеб ржаной | 40 | 2,40 | 0,40 | 18,00 | 84 | ТК | 3,67 | 4,40 |
| | Итого за рацион питания : | 850 | 19,12 | 12,97 | 212,33 | 922 | | 102,67 | 149,49 |
| Полдник | Расстегай с мясом | 100 | 15,57 | 10,72 | 29,97 | 250 | 743-04 | 29,23 | 43,87 |
| | Компот из вишни | 200 | 0,16 | 0,16 | 27,81 | 105 | 342-17,Т К | 13,57 | 20,34 |
| | Фрукты (Яблоки) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47 | ТК | 7,40 | 9,62 |
| | Итого за рацион питания : | 400 | 16,13 | 11,28 | 67,58 | 402 | | 50,20 | 73,83 |

