

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"

/Шевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

Е.В. Челишова

08.12.2023

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

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

Дата: 13.12.2023

Неделя по цикличному меню: 2

День цикличному меню: 3

\*\* 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	Котлета рыбная	100	14,80	13,90	11,80	164	234-17,Т К	29,53	43,88
	Картофель отварной	150	3,00	7,65	23,85	182	518-04	13,60	20,40
	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
	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>22,16</b>	<b>22,7</b>	<b>87,08</b>	<b>577</b>		<b>69,16</b>	<b>97,70</b>
Обед	Ассорти из соленых овощей	60	0,57	0,36	0,62	9	70-17	7,27	9,43
	Суп с макаронными изделиями	200	1,91	4,06	10,40	97	147-04	3,01	4,49
	Филе птицы, тушенное в сметанном соусе	95	14,94	5,67	3,15	223	ТК	48,90	73,36
	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150	4,79	4,44	30,89	244	302-17	10,75	16,13
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,13		10,20	42	ТК	2,44	3,65
	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
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>785</b>	<b>27,64</b>	<b>15,83</b>	<b>93,76</b>	<b>798</b>		<b>79,12</b>	<b>115,16</b>
Полдник	Расстегай с мясом	100	15,57	10,72	29,97	250	743-04	25,85	38,79
	Сок фруктовый	200	0,76		20,57	86	389-17,Т К	16,00	20,80
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>300</b>	<b>16,33</b>	<b>10,72</b>	<b>50,54</b>	<b>336</b>		<b>41,85</b>	<b>59,59</b>

«УТВЕРЖДЕНО»  
Руководитель АНО "Школьное питание"

/Шевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель объединения организаций

Е.В. Чеснов  
08.12.2023

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

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

Дата: 13.12.2023

Неделя по циклическому меню: 2

День циклическому 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	Котлета рыбная	100	14,80	13,90	11,80	164	234-17,ТК	29,53	43,88
	Картофель отварной	180	3,60	9,18	28,62	218	518-04	16,32	24,47
	Сок фруктовый	180	0,68		18,51	77	389-17,ТК	14,40	18,72
	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	30	1,80	0,30	13,50	63	ТК	2,75	3,30
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>640</b>	<b>24,76</b>	<b>24,73</b>	<b>106,35</b>	<b>682</b>		<b>74,40</b>	<b>104,79</b>
Обед	Салат из свеклы и зеленого горошка	100	1,48	8,88	7,56	116	11-17	7,37	10,62
	Суп с макаронными изделиями	250	2,39	5,08	13,00	121	147-04	3,75	5,63
	Филе птицы, тушенное в сметанном соусе	120	18,88	7,16	3,98	282	ТК	61,77	92,66
	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180	5,74	5,33	37,06	293	302-17	12,90	19,35
	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
	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
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>1 050</b>	<b>35,6</b>	<b>28,4</b>	<b>128,72</b>	<b>1 121</b>		<b>104,10</b>	<b>151,69</b>
Полдник	Котлета куриная, запеченная в тесте	100	11,99	10,41	33,17	234	ТК	23,50	35,04
	Сок фруктовый	180	0,68		18,51	77	389-17,ТК	14,40	18,72
	Фрукты (яблоки)	100	0,38	0,35	8,92	40	ТК	7,40	9,62
	Кондитерские изделия (вафли топленое молоко 15г)	15	0,32	2,66	5,69	48	ТК	4,30	5,59
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>395</b>	<b>13,37</b>	<b>13,42</b>	<b>66,29</b>	<b>399</b>		<b>49,60</b>	<b>68,97</b>



## М Е Н Ю (выбор) \*\*

**13.12.2023**

**12 и старше (5-11кл).**

\*\* очищенный картофель

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, г	Б, г	Ж, г	У, г	Энергетическая ценность, Ккал	Стоимость, руб.
<b>Салат</b>		<b>3,08</b>	<b>6,56</b>	<b>2,99</b>	<b>82,67</b>	<b>11,36</b>
1 - Огурцы соленые	70	0,56	0,07	1,19	7	11,51
2 - Салат из моркови с сыром	65	7,02	14,76	2,73	171	11,08
3 - Салат витаминный	110	1,65	4,84	5,06	70	11,50
<b>Основное</b>		<b>13,32</b>	<b>15,47</b>	<b>30,49</b>	<b>339,33</b>	<b>86,17</b>
1 - Филе птицы, тушенное в сметанном соусе	90	14,16	5,37	2,99	212	69,49
1 - Каша гречневая рассыпчатая с маслом	155	4,94	4,59	31,91	252	16,66
2 - Вок "Курица с рисом и овощами"	180	10,08	18,54	33,66	258	85,99
3 - Гуляш из говядины	75	7,47	12,53	2,45	152	63,89
3 - Картофельное пюре	155	3,31	5,37	20,46	144	22,49
<b>Дополнение</b>		<b>7,84</b>	<b>4,48</b>	<b>55,07</b>	<b>289</b>	<b>25,47</b>
1 - Какао с молоком	200	3,54	3,43	23,82	140	18,87
1 - Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	96	3,85
1 - Хлеб ржаной	25	1,50	0,25	11,25	53	2,75
		<b>24,24</b>	<b>26,51</b>	<b>88,55</b>	<b>711</b>	<b>123,00</b>

Принял:

Заведующий  
производством  
должность

подпись

расшифровка подписи