

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"

Шевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

Евченко  
19032024



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

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

Дата: 22.03.2024

Неделя по циклическому меню: 1

День циклическому меню: 5

\*\* очищенный картофель

Приним 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	Капуста квашеная	80	1,28	0,08	4,16	22	ТК	11,48	14,92
	Рыба, запеченная с маслом	90/5	14,58	13,59	3,96	226	ТК	44,77	67,14
	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
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>565</b>	<b>23,47</b>	<b>20,02</b>	<b>71,42</b>	<b>587</b>		<b>90,38</b>	<b>129,13</b>
Обед	Сыр порционно	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
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>735</b>	<b>18,6</b>	<b>15,95</b>	<b>160,25</b>	<b>807</b>		<b>93,52</b>	<b>136,77</b>
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
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>300</b>	<b>6,19</b>	<b>7,76</b>	<b>64,71</b>	<b>345</b>		<b>22,10</b>	<b>33,12</b>

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО «Школьное питание»

Шевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации



190320242

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

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

Дата: 22.03.2024

Неделя по циклическому меню: 1

День циклическому меню: 5

\*\* очищенный картофель

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептур	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	110/5	17,81	15,80	4,83	268	ТК	54,00	80,98
	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,ТК	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
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>655</b>	<b>28,36</b>	<b>23,36</b>	<b>84,45</b>	<b>683</b>		<b>105,75</b>	<b>151,14</b>
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
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>850</b>	<b>19,12</b>	<b>12,97</b>	<b>212,33</b>	<b>922</b>		<b>102,67</b>	<b>149,49</b>
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,ТК	13,57	20,34
	Фрукты (Яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47	ТК	7,40	9,62
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>400</b>	<b>16,13</b>	<b>11,28</b>	<b>67,58</b>	<b>402</b>		<b>50,20</b>	<b>73,83</b>



СОГЛАСОВАНО  
Руководитель организации

МАОУ  
СОШ № 73

*Е.В. Чекалов*  
29.03.2024г



УТВЕРЖДЕНО

Директор

*Щавченко М. С.*

## М Е Н Ю (выбор) \*\*

**22.03.2024**

**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>4,64</b>	<b>5,9</b>		<b>72</b>	<b>18,88</b>
1 - Сыр порционно	20	4,64	5,90		72	18,88
<b>Основное</b>		<b>23,02</b>	<b>17,93</b>	<b>22,97</b>	<b>348</b>	<b>86,41</b>
1 - Запеканка из творога с молоком сгущенным	160/15	23,36	15,84	14,88	298	86,58
2 - Рыба, запеченная с луком и сыром	140	17,57	7,49	7,50	168	57,07
2 - Картофельное пюре	200	4,27	6,93	26,40	186	29,01
3 - Куриное филе запеченное	90	20,44	20,83	0,14	270	74,70
3 - Каша пшеничная рассыпчатая	180	3,42	2,70	19,98	122	11,88
<b>Дополнение</b>		<b>7,21</b>	<b>5,08</b>	<b>83,25</b>	<b>399</b>	<b>32,26</b>
1 - Компот из вишни	180	0,18		29,25	113	12,65
1 - Хлеб пшеничный	39	2,73	0,78	19,50	93	3,74
1 - Хлеб ржаной	30	1,80	0,30	13,50	63	3,30
1 - Кондитерские изделия (печенье 30гр)	30	2,50	4,00	21,00	130	12,57
		<b>34,87</b>	<b>28,91</b>	<b>106,22</b>	<b>819</b>	<b>137,55</b>

Принял:

Заведующий  
производством  
должность

*Е.В. Чекалов*  
подпись

*Е.А. Бресхаф*  
расшифровка подписи