

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"

Шевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

В. Челомов

Ежедневное меню

основного (организованного) питания \*\*

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

Дата: 16.01.2024

Неделя по цикличному меню: 2

День цикличному меню: 2

\*\* 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	Капуста квашеная	100	1,60	0,10	5,20	27	ТК	14,35	18,65
	Рагу из филе птицы	150	13,40	7,36	15,30	170	210-03,ТК	41,77	62,67
	Какао с молоком	180	3,19	3,09	21,44	126	ТК	11,32	16,97
	Кондитерские изделия (пряники 25гр)	25	0,55	0,41	6,82	33	ТК	8,90	11,57
	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>505</b>	<b>22,04</b>	<b>11,76</b>	<b>72,76</b>	<b>470</b>		<b>80,57</b>	<b>114,94</b>
Обед	Кукуруза консервированная	60	1,20	0,48	7,32	37	173-17	18,72	24,34
	Борщ из свежей капусты	200	1,26	3,50	5,00	57	93-18	6,52	9,76
	Плов из говядины	150	16,20	15,90	28,30	263	443-04,ТК	56,21	84,31
	Кисель из вишни	200	18,00	0,14	23,94	117	350-17,ТК	8,31	12,46
	Кондитерские изделия (вафли топленое молоко 15г)	15	0,32	2,66	5,69	48	ТК	4,30	5,59
	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>805</b>	<b>42,66</b>	<b>24,33</b>	<b>117,67</b>	<b>745</b>		<b>108,21</b>	<b>154,18</b>
Полдник	Котлета куриная, запеченная в тесте	100	11,99	10,41	33,17	234	ТК	23,88	35,60
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	10,00	40	ТК	1,82	2,72
	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>315</b>	<b>12,38</b>	<b>13,09</b>	<b>48,86</b>	<b>322</b>		<b>30,00</b>	<b>43,91</b>

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"

Шевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

СОШ № 73

Ежедневное меню  
основного (организованного) питания \*\*

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

Дата: 16.01.2024

Неделя по циклическому меню: 2

День циклическому меню: 1

\*\* очищенный картофель

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Нищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептур	Цена продуктового набора в рублях	Цена всего в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы				
Завтрак	Салат из квашеной капусты с зеленым горошком	100	2,30	3,10	7,00	61	ТК	15,45	20,36
	Рагу из филе птицы	200	17,87	9,81	20,40	226	210-03,ТК	55,71	83,57
	Какао с молоком	180	3,19	3,09	21,44	126	ТК	11,32	16,97
	Кондитерские изделия (пряники 25гр)	25	0,55	0,41	6,82	33	ТК	8,90	11,57
	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>585</b>	<b>29,21</b>	<b>17,71</b>	<b>94,16</b>	<b>629</b>		<b>98,13</b>	<b>140,57</b>
Обед	Кукуруза консервированная	100	2,00	0,80	12,20	61	173-17	31,21	40,57
	Борщ из свежей капусты	250	1,58	4,38	6,25	71	93-18	8,16	12,24
	Плов из говядины	200	21,60	21,20	37,74	350	443-04,ТК	74,96	112,44
	Кисель из вишни	200	18,00	0,14	23,94	117	350-17,ТК	8,31	12,46
	Ирис молочный	25	1,00	2,00	24,00	120	ТК	9,48	12,32
	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>975</b>	<b>51,16</b>	<b>30,47</b>	<b>161,05</b>	<b>986</b>		<b>147,99</b>	<b>209,81</b>
Полдник	Пирожки печеные из дрожжевого теста с картофелем	150	9,05	11,40	55,35	360	405,406,467-17	12,93	19,41
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	10,00	40	ТК	1,82	2,72
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>350</b>	<b>9,12</b>	<b>11,42</b>	<b>65,35</b>	<b>400</b>		<b>14,75</b>	<b>22,13</b>

СОГЛАСОВАНО

Руководитель организации



УТВЕРЖДЕНО

Директор

Шевченко М. С. /

## М Е Н Ю (выбор) \*\*

16.01.2024

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>1,16</b>	<b>4,63</b>	<b>2,72</b>	<b>57,33</b>	<b>17,14</b>
1 - Салат из квашеной капусты	100	0,83	5,03	1,84	56	17,31
2 - Салат из свеклы с сыром	100	1,83	3,82	4,50	60	16,99
3 - Салат из соленых огурцов с луком	100	0,82	5,03	1,83	56	17,11
<b>Основное</b>		<b>19,57</b>	<b>14,94</b>	<b>40,5</b>	<b>368,33</b>	<b>83,36</b>
1 - Рагу из филе птицы	200	17,87	9,81	20,40	226	83,41
2 - Митбол с томатным соусом	110	16,10	12,29	18,05	247	59,60
2 - Картофель отварной	180	3,60	9,18	28,62	218	23,99
3 - Котлеты рыбные	110	16,03	3,43	12,78	146	52,10
3 - Ризотто с овощами	190	5,11	10,11	41,65	268	30,99
<b>Дополнение</b>		<b>5,31</b>	<b>1,05</b>	<b>53,82</b>	<b>244</b>	<b>28,01</b>
1 - Сок фруктовый	200	0,76		20,57	86	20,80
1 - Хлеб пшеничный	35	2,45	0,70	17,50	84	3,36
1 - Хлеб ржаной	35	2,10	0,35	15,75	74	3,85
		<b>26,04</b>	<b>20,82</b>	<b>97,04</b>	<b>669,66</b>	<b>128,51</b>

Принял:

Заведующий  
производством  
должность

*Бри*  
подпись

*Э.Н. Брусхафа*  
расшифровка подписи