

СОГЛАСОВАНО
Руководитель организации



УТВЕРЖДЕНО
Директор



М Е Н Ю (выбор) **

31.01.2024

12 и старше (5-11кл).

** очищенный картофель

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, г | Б, г | Ж, г | У, г | Энергетическая ценность, Ккал | Стоимость, руб. |
|--|-------------|--------------|--------------|--------------|----------------------------------|-----------------|
| Салат | | 2,54 | 5,88 | 1,98 | 70,33 | 17,45 |
| 1 - Огурцы соленые | 105 | 0,84 | 0,11 | 1,79 | 11 | 17,27 |
| 2 - Салат из моркови с сыром | 100 | 5,94 | 12,49 | 2,31 | 144 | 17,77 |
| 3 - Салат из квашеной капусты | 100 | 0,83 | 5,03 | 1,84 | 56 | 17,31 |
| Основное | | 15,99 | 18,95 | 36,27 | 381,33 | 94,11 |
| 1 - Филе птицы, тушенное в сметанном соусе | 100 | 15,73 | 5,97 | 3,32 | 235 | 68,29 |
| 1 - Картофельное пюре | 180 | 3,84 | 6,24 | 23,76 | 167 | 26,11 |
| 2 - Вок "Курица с рисом и овощами" | 215 | 12,04 | 22,15 | 40,21 | 308 | 94,02 |
| 3 - Гуляш из говядины | 105 | 10,46 | 17,55 | 3,43 | 213 | 80,63 |
| 3 - Макароны отварные с маслом сливочным | 180 | 5,90 | 4,94 | 38,10 | 221 | 13,27 |
| Дополнение | | 8,09 | 4,48 | 57,07 | 298 | 26,08 |
| 1 - Какао с молоком | 200 | 3,54 | 3,43 | 23,82 | 140 | 18,87 |
| 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 |
| | | 26,62 | 29,31 | 95,32 | 749,66 | 137,64 |

Принял:

Заведующий
производством
должность

подпись

расшифровка подписи

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"

Шевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

Ежедневное меню

основного (организованного) питания **

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

Дата: 31.01.2024

Неделя по цикличному меню: 2

День цикличному 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 | 217,80 | 518-04 | 16,32 | 24,47 |
| | Сок фруктовый | 180 | 0,90 | 0 | 18,18 | 76,32 | 389-07 | 14,40 | 18,72 |
| | Фрукты (яблоки) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47 | 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 |
| | Итого за рацион питания : | 640 | 24,76 | 24,78 | 106,9 | 688,12 | | 74,40 | 104,79 |
| Обед | Салат из свеклы и зеленого горошка | 100 | 1,48 | 8,88 | 7,56 | 116 | 11-17 | 7,62 | 10,99 |
| | Суп с макаронными изделиями | 250 | 2,39 | 5,08 | 13,00 | 121 | 147-04 | 3,42 | 5,13 |
| | Филе птицы, тушенное в сметанном соусе | 100/20 | 13,90 | 9,40 | 4,60 | 200,29 | ТК | 61,77 | 92,66 |
| | Каша гречневая рассыпчатая с маслом | 180 | 5,75 | 5,33 | 37,07 | 248,40 | 302-17 | 12,90 | 19,35 |
| | Чай с сахаром и лимоном | 200 | 0,97 | 0,02 | 10,00 | 42 | ТК | 2,44 | 3,65 |
| | Фрукты (яблоки) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47 | ТК | 7,40 | 9,62 |
| | Хлеб пшеничный | 60 | 4,20 | 1,20 | 30,00 | 143,40 | ТК | 4,80 | 5,76 |
| | Хлеб ржаной | 40 | 2,40 | 0,40 | 18,00 | 84 | ТК | 3,67 | 4,40 |
| Итого за рацион питания : | 1 050 | 35,6 | 30,72 | 130,03 | 1002,09 | | 104,02 | 151,56 | |
| Полдник | Котлета куриная, запеченная в тесте | 100 | 11,99 | 10,41 | 33,17 | 233,88 | ТК | 23,56 | 35,13 |
| | Сок фруктовый | 180 | 0,90 | 0 | 18,18 | 76,32 | 389-07 | 14,40 | 18,72 |
| | Фрукты (яблоки) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,8 | 47 | ТК | 7,40 | 9,62 |
| | Кондитерские изделия (вафли топленое молоко 15г) | 15 | 2,10 | 2,7 | 10,8 | 122,4 | ТК | 4,30 | 5,59 |
| | Итого за рацион питания : | 395 | 13,37 | 13,51 | 71,95 | 479,6 | | 49,66 | 69,06 |

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"

Шевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

Евченко
2024г.

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

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

Дата: 31.01.2024

Неделя по цикличному меню: 2

День цикличному 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,Т К | 29,53 | 43,88 |
| | Картофель отварной | 150 | 3,00 | 7,65 | 23,85 | 181,50 | 518-04 | 13,60 | 20,40 |
| | Сок фруктовый | 180 | 0,90 | 0 | 18,18 | 76,32 | 389-07,Т К | 14,40 | 18,72 |
| | Фрукты (яблоки) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47 | ТК | 7,40 | 9,62 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,10 | 0,60 | 15,00 | 71,70 | ТК | 2,40 | 2,88 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1,20 | 0,20 | 9,00 | 42 | ТК | 1,83 | 2,20 |
| | Итого за рацион питания : | 580 | 22,40 | 22,75 | 87,63 | 582,52 | | 69,16 | 97,70 |
| Обед | Ассорти из соленых овощей | 60 | 0,62 | 0,39 | 1,76 | 9,90 | 70-17 | 7,27 | 9,43 |
| | Суп с макаронными изделиями | 200 | 1,91 | 4,06 | 10,40 | 96,80 | 147-04 | 2,73 | 4,10 |
| | Филе птицы, тушенное в сметанном соусе | 70/25 | 14,69 | 5,57 | 3,10 | 219,50 | ТК | 48,90 | 73,36 |
| | Каша гречневая рассыпчатая с маслом | 150 | 4,79 | 4,44 | 30,89 | 243,75 | 302-17 | 10,75 | 16,13 |
| | Чай с сахаром и лимоном | 200 | 0,97 | 0,02 | 10,00 | 42 | ТК | 2,44 | 3,65 |
| | Хлеб пшеничный | 50 | 3,50 | 1,00 | 25,00 | 119,50 | ТК | 4,00 | 4,80 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 1,80 | 0,30 | 13,50 | 63 | ТК | 2,75 | 3,30 |
| Итого за рацион питания : | 785 | 28,28 | 15,78 | 94,65 | 794,45 | | 78,84 | 114,77 | |
| Полдник | Расстегай с мясом | 100 | 15,57 | 10,72 | 29,97 | 266,90 | 743-04 | 25,88 | 38,83 |
| | Сок фруктовый | 200 | 1,00 | 0 | 20,00 | 84,80 | 389-07,Т К | 16,00 | 20,80 |
| | Итого за рацион питания : | 300 | 16,57 | 10,72 | 49,97 | 351,70 | | 41,88 | 59,63 |