



«УТВЕРЖДЕНО»
Руководитель оператора питания
ФИО

«СОГЛАСОВАНО»
Руководитель общеобразовательной организации
ФИО

Ежедневное меню основного (организованного) питания

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

Дата 11.09.2023г.

Неделя по цикличному меню: 2

День по цикличному меню: 1

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	Цена в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы			
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Завтрак	Овощи по сезону	100	1,1	0,2	3,8	43,75	ТК	7,50
	Омлет натуральный с маслом сливочным (140/10)	150	13,94	24,83	2,64	289,66	210-17	49,73
	Кисломолочный продукт	180	5,22	4,5	7,2	90	386-17, ТК	17,68
	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	47	ТК	9,62
	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70	ТК	2,77
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,20	0,20	9,00	42,00	ТК	2,00
	Итого за рацион питания:	580	23,96	30,73	47,44	584,11		89,30
Обед	Овощи по сезону	60	0,66	0,12	2,28	7,2	ТК	6,64
	Суп картофельный с клецками	200	2,85	3,67	14,83	115,4	108-17	11,65
	Щицеель говяжий	100	15	22	13,02	278,67	268-17	100,49
	Пюре картофельное	150	3,2	5,2	19,8	138,78	54-11г-20, Тк	20,72
	Сок натуральный	200	1	0	20,2	84,8	389-07, ТК	20,80
	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	38	ТК	14,17
	Хлеб пшеничный	50	3,5	1	25	119,5	ТК	4,62
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,8	0,3	13,5	63	ТК	3,01
	Итого за рацион питания:	890	28,41	32,69	118,43	845,35		182,10
Полдник	Булочка бриошь с изюмом	100	4,38	7,3	35	243	471-03	30,86
	Молоко	200	5,8	5	9,6	107	382-17	20,57
	Итого за рацион питания:	300	10,18	12,3	44,6	350		51,43



«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации
ФИО _____

Ежедневное меню основного (организованного) питания

Возрастная категория питающихся: дети ОВЗ и дети инвалиды 12-18 лет

Дата 11.09.2023г.

Неделя по цикличному меню: 2

День по цикличному меню: 1

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	Цена в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы			
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Завтрак	Овощи по-сезону	120	1,32	0,24	4,56	14,40	ТК	13,27
	Омлет натуральный с маслом сливочным (190/10)	200	18,89	31,11	3,54	369,54	ТК	66,31
	Кисломолочный продукт	200	5,80	5,00	8,00	100,00	386-17, ТК	19,64
	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	38,00	ТК	9,62
	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	95,60	ТК	3,79
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,80	0,30	13,50	63,00	ТК	3,01
	Итого за рацион питания:	690	31,01	37,85	59,40	680,54		115,64
Обед	Суп картофельный с клецками	250	3,56	4,59	18,54	144,25	108-17	14,56
	Шницель говяжий с маслом сливочным (100/5)	105	15,04	25,63	13,09	311,67	268-17	105,53
	Макароны отварные с овощами	180	6,20	7,19	34,22	226,08	205-17	16,87
	Сок натуральный	180	0,90	0,00	18,18	76,32	389-07, ТК	18,72
	Хлеб пшеничный	60	4,20	1,20	30,00	143,40	ТК	5,54
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,40	0,40	18,00	84,00	ТК	4,01
	Итого за рацион питания:	815	32,31	39,00	132,03	985,72		165,23
Полдник	Булочка бриошь с изюмом	100	4,38	7,30	35,00	243,00	471-03	30,86
	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107,00	382-17	16,97
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	ТК	9,62
	Итого за рацион питания:	380	8,45	10,89	60,62	397,00		57,45