

«УТВЕРЖДЕНО»

Директор АНО "Школьное питание"



Шевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации



Ежедневное меню основного (организованного) питания

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

Дата: 05.10.2023

Неделя по цикличному меню: 1

День цикличному меню: 4

| 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 | Морковные палочки | 90 | 1,17 | 0,09 | 6,21 | 32 | ТК | 4,50 | 6,75 |
| | Вок "Курица с рисом и овощами" | 150 | 8,40 | 15,45 | 28,05 | 215 | 310-16 | 47,78 | 71,67 |
| | Кисель из вишни | 200 | 18,00 | 0,14 | 23,94 | 117 | ТК | 9,19 | 13,79 |
| | 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 | 2,31 | 2,77 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1,20 | 0,20 | 9,00 | 42 | ТК | 1,67 | 2,00 |
| | Итого за рацион питания : | 590 | 31,25 | 16,83 | 91,12 | 518 | | 72,85 | 106,60 |
| Обед | Салат из свежих помидоров и огурцов | 60 | 0,58 | 3,65 | 2,19 | 42 | ТК | 6,09 | 8,09 |
| | Борщ сибирский с капустой свежей | 200 | 3,12 | 3,44 | 12,80 | 94 | 111-04 | 11,08 | 16,64 |
| | Омлет с овощами и маслом сливочным | 180 | 18,20 | 26,80 | 5,20 | 318 | ТК | 40,90 | 60,57 |
| | Кофейный напиток | 200 | 3,17 | 2,78 | 15,95 | 101 | ТК | 12,86 | 19,29 |
| | Фрукты (яблоки) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 44 | ТК | 8,44 | 10,97 |
| | Хлеб пшеничный | 50 | 3,50 | 1,00 | 25,00 | 120 | ТК | 3,85 | 4,62 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 1,80 | 0,30 | 13,50 | 63 | ТК | 2,51 | 3,01 |
| Итого за рацион питания : | 820 | 30,77 | 38,37 | 84,44 | 782 | | 85,73 | 123,19 | |
| Полдник | Котлета-говяжья, запеченная в тесте | 100 | 11,99 | 10,41 | 33,17 | 274 | 420-17 | 37,70 | 56,33 |
| | Сок фруктовый | 200 | 0,76 | | 20,57 | 86 | 389-17,ТК | 16,00 | 20,80 |
| | Итого за рацион питания : | 300 | 12,75 | 10,41 | 53,74 | 360 | | 53,70 | 77,13 |

«УТВЕРЖДЕНО»

Директор АНО «Центральное питание»



Шевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации



1

**Ежедневное меню
основного (организованного) питания**

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

Дата: 05.10.2023

Неделя по циклическому меню: 1

День циклическому меню: 4

| 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 | Огурцы свежие порция | 120 | 0,84 | 0,12 | 2,28 | 14 | ТК | 10,21 | 13,27 |
| | Вок "Курица с рисом и овощами" | 200 | 11,20 | 20,60 | 37,40 | 287 | 310-16 | 63,72 | 95,56 |
| | Кисель из вишни | 200 | 18,00 | 0,14 | 23,94 | 117 | ТК | 9,19 | 13,79 |
| | 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 | 3,85 | 4,62 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 1,80 | 0,30 | 13,50 | 63 | ТК | 2,51 | 3,01 |
| | Итого за рацион питания : | 625 | 35,89 | 22,57 | 108,94 | 634 | | 98,38 | 141,82 |
| Обед | Сыр порционно | 30 | 6,96 | 8,85 | | 108 | 015-17 | 18,88 | 28,32 |
| | Борщ сибирский с капустой белокачанной | 250 | 3,90 | 4,30 | 16,00 | 118 | 111-04 | 11,64 | 17,48 |
| | Омлет с овощами и маслом сливочным | 220 | 22,25 | 32,76 | 6,36 | 389 | ТК | 49,99 | 74,03 |
| | Кофейный напиток | 200 | 3,17 | 2,78 | 15,95 | 101 | ТК | 12,86 | 19,29 |
| | Фрукты (яблоки) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 44 | ТК | 8,44 | 10,97 |
| | Хлеб пшеничный | 60 | 4,20 | 1,20 | 30,00 | 143 | ТК | 4,62 | 5,54 |
| | Хлеб ржаной | 40 | 2,40 | 0,40 | 18,00 | 84 | ТК | 3,34 | 4,01 |
| Итого за рацион питания : | 900 | 43,28 | 50,69 | 96,11 | 987 | | 109,77 | 159,64 | |
| Полдник | Котлета говяжья, запеченная в тесте | 100 | 11,99 | 10,41 | 33,17 | 274 | 420-17 | 37,70 | 56,33 |
| | Сок фруктовый | 200 | 0,76 | | 20,57 | 86 | 389-17,ТК | 16,00 | 20,80 |
| | Фрукты (яблоки) | 100 | 0,38 | 0,35 | 8,92 | 40 | ТК | 7,40 | 9,62 |
| | Итого за рацион питания : | 400 | 13,13 | 10,76 | 62,66 | 400 | | 61,10 | 86,75 |