

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО



«Школьное питание»

«Школьное питание»

/Шевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

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

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

Дата: 06.12.2023

Неделя по цикличному меню: 1

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 | Сыр порционно | 20 | 4,64 | 5,90 | | 72 | 015-17 | 12,59 | 18,88 |
| | Пудинг из творога со сметаной | 150 | 17,49 | 20,69 | 29,69 | 454 | 362-04 | 52,29 | 78,47 |
| | Кефир порционно | 180 | 4,91 | 3,96 | 6,55 | 81 | 386-17,Т К | 13,60 | 17,68 |
| | 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 | 2,40 | 2,88 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1,20 | 0,20 | 9,00 | 42 | ТК | 1,83 | 2,20 |
| | Итого за рацион питания : | 500 | 30,72 | 31,7 | 69,16 | 761 | | 90,11 | 129,73 |
| Обед | Кукуруза консервированная | 60 | 1,20 | 0,48 | 7,32 | 37 | 173-17 | 18,72 | 24,34 |
| | Суп картофельный с горохом | 200 | 4,60 | 4,48 | 17,84 | 134 | 139-4 | 7,41 | 11,10 |
| | Шницель рыбный натуральный с маслом | 105 | 13,02 | 14,51 | 7,98 | 230 | 235-17 | 42,08 | 63,11 |
| | Картофель отварной | 150 | 3,00 | 7,65 | 23,85 | 182 | 518-04 | 13,60 | 20,40 |
| | Какао с молоком | 180 | 3,19 | 3,09 | 21,44 | 126 | ТК | 11,32 | 16,97 |
| | 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 : | 775 | 30,31 | 31,51 | 116,93 | 892 | | 99,88 | 144,02 |
| Полдник | Ватрушка с творогом | 100 | 11,29 | 7,01 | 38,10 | 261 | 410-17 | 18,83 | 28,24 |
| | Ряженка порционно | 200 | 5,46 | 4,40 | 7,64 | 92 | 386-17,Т К | 24,22 | 31,48 |
| | Итого за рацион питания : | 300 | 16,75 | 11,41 | 45,74 | 353 | | 43,05 | 59,72 |

«УТВЕРЖДЕНО»
Руководитель АБФ «Школьное питание»



Шевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

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

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

Дата: 06.12.2023

Неделя по циклическому меню: 1

День циклическому 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 | Сыр порционно | 10 | 2,32 | 2,95 | | 36 | 015-17 | 6,29 | 9,44 |
| | Пудинг из творога со сметаной | 205 | 23,90 | 28,27 | 40,57 | 621 | 362-04 | 71,49 | 107,23 |
| | Кефир порционно | 200 | 5,46 | 4,40 | 7,28 | 90 | 386-17,ТК | 15,11 | 19,64 |
| | 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 | 2,40 | 2,88 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 1,80 | 0,30 | 13,50 | 63 | ТК | 2,75 | 3,30 |
| | Итого за рацион питания : | 575 | 35,96 | 36,87 | 85,27 | 922 | | 105,44 | 152,11 |
| Обед | Суп картофельный с горохом | 250 | 5,75 | 5,60 | 22,30 | 167 | 139-4 | 9,25 | 13,88 |
| | Шницель рыбный натуральный с маслом | 105 | 13,02 | 14,51 | 7,98 | 230 | 235-17 | 42,08 | 63,11 |
| | Картофель отварной | 180 | 3,60 | 9,18 | 28,62 | 218 | 518-04 | 16,32 | 24,47 |
| | Какао с молоком | 200 | 3,54 | 3,43 | 23,82 | 140 | ТК | 12,57 | 18,87 |
| | 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 | 50 | 3,00 | 0,50 | 22,50 | 105 | ТК | 4,58 | 5,50 |
| | Итого за рацион питания : | 935 | 32,79 | 34,57 | 139,14 | 1 020 | | 96,20 | 140,25 |
| Полдник | Варушка с творогом | 100 | 11,29 | 7,01 | 38,10 | 261 | 410-17 | 18,83 | 28,24 |
| | Ряженка порционно | 250 | 6,83 | 5,50 | 9,55 | 115 | 386-17,ТК | 30,27 | 39,36 |
| | Итого за рацион питания : | 350 | 18,12 | 12,51 | 47,65 | 376 | | 49,10 | 67,60 |