

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АИО "Школьное питание"

/Шевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

/

Ежедневное меню основного (организованного) питания

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

Дата: 06.10.2023

Неделя по циклическому меню: 1

День циклическому меню: 5

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
	Запеканка из творога с курагой со сметаной	155	7,25	6,61	97,68	403	ТК	57,95	86,94
	Сок фруктовый	180	0,68		18,51	77	389-17,ТК	14,40	18,72
	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 :	405	15,87	13,31	140,19	666		88,92	129,31
Обед	Помидоры свежие порция	100	1,10	0,20	3,80	22	ТК	9,42	12,25
	Суп картофельный с крупой (пшеничной) I	200	1,68	2,24	15,28	114	138-04	6,51	9,76
	Рыба, запеченная с маслом (филе минтай)	95	14,58	13,59	3,96	226	ТК	37,50	56,24
	Картофельное пюре 1	160	3,41	5,55	21,12	149	54-11г-20,ТК	14,74	22,10
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,13		10,20	42	ТК	2,05	3,07
	Фрукты (яблоки)	100	0,38	0,35	8,92	40	ТК	7,40	9,62
	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	96	ТК	3,08	3,70
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42	ТК	1,67	2,00
	Итого за рацион питания :	915	25,28	22,93	92,28	731		82,37	118,74
Полдник	Пирожки печеные из дрожжевого теста с картофелем	100	6,03	7,60	36,90	240	406-17	9,56	14,32
	Компот из вишни (с/м)	200	0,20		32,50	126	342-17,ТК	9,22	13,83
	Итого за рацион питания :	300	6,23	7,6	69,4	366		18,78	28,15

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель ОУ «Школьное питание»

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

/Шевченко М. С.

/

**Ежедневное меню
основного (организованного) питания**

Возрастная группа обучающихся: 12 и старше, ОВЗ, дети-инвалиды

Дата: 06.10.2023

Неделя по циклическому меню: 1

День циклическому меню: 5

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	Запеканка из творога с курагой со сметаной	200	9,36	8,53	126,03	520	ТК	74,78	112,19
	Сок фруктовый	180	0,68		18,51	77	389-17,ТК	14,40	18,72
	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	96	ТК	3,08	3,70
	Хлеб ржаной	30	1,80	0,30	13,50	63	ТК	2,51	3,01
	Итого за рацион питания :	450	14,64	9,63	178,04	756		94,77	137,62
Обед	Помидоры свежие порция	110	1,21	0,22	4,18	24	ТК	10,36	13,47
	Суп картофельный с крупой (пшеничной)1	250	2,10	2,80	19,10	143	138-04	8,13	12,22
	Рыба, запеченная с маслом (филе минтай)	115	17,65	16,45	4,79	273	ТК	45,40	68,09
	Картофельное пюре 1	180	3,84	6,24	23,76	167	54-11г-20,ТК	16,58	24,86
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,13		10,20	42	ТК	2,05	3,07
	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	4,62	5,54
	Хлеб ржаной	40	2,40	0,40	18,00	84	ТК	3,34	4,01
	Итого за рацион питания :	1 055	31,91	27,66	118,95	916		97,88	140,88
Полдник	Растегай с мясом 1	100	15,57	10,72	29,97	250	743-04	34,34	51,52
	Компот из вишни (с/м)	200	0,20		32,50	126	342-17,ТК	9,22	13,83
	Фрукты (яблоки)	100	0,38	0,35	8,92	40	ТК	7,40	9,62
	Итого за рацион питания :	400	16,15	11,07	71,39	416		50,96	74,97