

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО «Школьное питание»

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

/Шевченко М. С.

/



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

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

Дата: 18.10.2023

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       | 52,20                             | 78,33               |
|                                  | Кефир порционно                                   | 180              | 4,91                    | 3,96          | 6,55         | 81                            | 386-17,ТК    | 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           | 2,31                              | 2,77                |
|                                  | Хлеб ржаной                                       | 20               | 1,20                    | 0,20          | 9,00         | 42                            | ТК           | 1,67                              | 2,00                |
|                                  | <b>Итого за рацион питания :</b>                  | <b>500</b>       | <b>30,72</b>            | <b>31,7</b>   | <b>69,16</b> | <b>761</b>                    |              | <b>89,77</b>                      | <b>129,28</b>       |
| Обед                             | Ассорти овощное, морковь, болгарский перец        | 60               | 0,66                    | 0,12          | 2,28         | 13                            | ТК           | 5,90                              | 8,85                |
|                                  | Суп картофельный с фасолью консервированной       | 200              | 4,96                    | 4,48          | 17,84        | 134                           | 139-04       | 13,05                             | 19,55               |
|                                  | Шницель рыбный натуральный (филе минтая) с маслом | 105              | 13,02                   | 14,51         | 7,98         | 230                           | 235-17       | 35,13                             | 52,68               |
|                                  | Картофель отварной                                | 150              | 3,00                    | 7,65          | 23,85        | 182                           | 518-04       | 13,11                             | 19,67               |
|                                  | 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           | 3,85                              | 4,62                |
|                                  | Хлеб ржаной                                       | 30               | 1,80                    | 0,30          | 13,50        | 63                            | ТК           | 2,51                              | 3,01                |
| <b>Итого за рацион питания :</b> | <b>775</b>                                        | <b>30,13</b>     | <b>31,15</b>            | <b>111,89</b> | <b>868</b>   |                               | <b>84,87</b> | <b>125,35</b>                     |                     |
| Полдник                          | Вагрушка с творогом                               | 100              | 11,29                   | 7,01          | 38,10        | 261                           | 410-17       | 20,97                             | 31,43               |
|                                  | Ряженка порционно                                 | 200              | 5,46                    | 4,40          | 7,64         | 92                            | 386-17,ТК    | 24,22                             | 31,48               |
|                                  | <b>Итого за рацион питания :</b>                  | <b>300</b>       | <b>16,75</b>            | <b>11,41</b>  | <b>45,74</b> | <b>353</b>                    |              | <b>45,19</b>                      | <b>62,91</b>        |

«УТВЕРЖДЕНО»  
Руководитель АНО «Школьное питание»

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

/Шевченко М. С.

/

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

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

Дата: 18.10.2023

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                                     | 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       | 71,37                             | 107,04              |
|                                  | 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           | 2,31                              | 2,77                |
|                                  | Хлеб ржаной                                       | 30               | 1,80                    | 0,30          | 13,50        | 63                            | ТК           | 2,51                              | 3,01                |
|                                  | <b>Итого за рацион питания :</b>                  | <b>575</b>       | <b>35,96</b>            | <b>36,87</b>  | <b>85,27</b> | <b>922</b>                    |              | <b>104,99</b>                     | <b>151,52</b>       |
| Обед                             | Суп картофельный с фасолью консервированной       | 250              | 6,20                    | 5,60          | 22,30        | 167                           | 139-04       | 16,30                             | 24,45               |
|                                  | Шницель рыбный натуральный (филе минтая) с маслом | 105              | 13,02                   | 14,51         | 7,98         | 230                           | 235-17       | 35,13                             | 52,68               |
|                                  | Картофель отварной                                | 180              | 3,60                    | 9,18          | 28,62        | 218                           | 518-04       | 15,73                             | 23,60               |
|                                  | 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           | 3,85                              | 4,62                |
|                                  | Хлеб ржаной                                       | 50               | 3,00                    | 0,50          | 22,50        | 105                           | ТК           | 4,18                              | 5,01                |
| <b>Итого за рацион питания :</b> | <b>935</b>                                        | <b>33,24</b>     | <b>34,57</b>            | <b>139,14</b> | <b>1 020</b> |                               | <b>95,16</b> | <b>138,85</b>                     |                     |
| Полдник                          | Ватрушка с творогом                               | 100              | 11,29                   | 7,01          | 38,10        | 261                           | 410-17       | 20,97                             | 31,43               |
|                                  | Ряженка порционно                                 | 250              | 6,83                    | 5,50          | 9,55         | 115                           | 386-17,ТК    | 30,27                             | 39,36               |
|                                  | <b>Итого за рацион питания :</b>                  | <b>350</b>       | <b>18,12</b>            | <b>12,51</b>  | <b>47,65</b> | <b>376</b>                    |              | <b>51,24</b>                      | <b>70,79</b>        |