



Руководитель 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: 20.10.2023

Неделя по циклическому меню: 1

День циклическому меню: 5

**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	Помидоры свежие порция	100	1,10	0,20	3,80	22	ТК	9,42	12,25
	Рыба, запеченная с маслом (филе минтай)	95	14,58	13,59	3,96	226	ТК	37,50	56,24
	Картофельное пюре	160	3,41	5,55	21,12	149	54-11г-20, ТК	15,37	23,06
	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 :	585	23,07	20,14	71,39	588		80,67	115,04
Обед	Сыр порционно	20	4,64	5,90		72	015-17	12,59	18,88
	Суп картофельный с крупой (пшеничной)	200	1,68	2,24	15,28	114	138-04	6,19	9,28
	Запеканка из творога с курагой со сметаной	155	7,25	6,61	97,68	403	ТК	58,12	87,20
	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 :	735	18,08	16,1	161,08	809		91,10	133,75
Полдник	Пирожки печеные из дрожжевого теста с картофелем I	100	6,03	7,60	36,90	240	406-17	9,61	14,40
	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		18,83	28,23

Шевченко М. С.

1

«Школьное питание»

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

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

Дата: 20.10.2023

Неделя по циклическому меню: 1

День циклическому меню: 5

**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	Помидоры свежие порция	110	1,21	0,22	4,18	24	ТК	10,36	13,47
	Рыба, запеченная с маслом (филе минтай)	115	17,65	16,45	4,79	273	ТК	45,40	68,09
	Картофельное пюре	180	3,84	6,24	23,76	167	54-11г-20, ТК	17,29	25,93
	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 :	655	27,98	24,01	84,74	700		93,04	132,92
Обед	Суп картофельный с крупой (пшеничной)	250	2,10	2,80	19,10	143	138-04	7,73	11,61
	Запеканка из творога с курагой со сметаной	200	9,36	8,53	126,03	520	ТК	75,01	112,52
	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 :	850	18,57	13,28	212,25	972		100,15	146,37
Полдник	Расстегай с мясом	100	15,57	10,72	29,97	250	743-04	27,08	40,63
	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		43,70	64,08