

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"

Шевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

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

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

Дата: 22.03.2024

Неделя по цикличному меню: 1

День цикличному 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	Огурцы соленые	110	1,21	0,22	4,18	13	70-17	13,92	18,09
	Рыба, запеченная с маслом	110/5	17,81	15,80	4,83	268	ТК	54,00	80,98
	Картофельное пюре	180	3,84	6,24	23,76	167	54-11	17,48	26,21
	Сок фруктовый	180	0,90		18,18	76	389-17,ТК	14,40	18,72
	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	96	ТК	3,20	3,84
	Хлеб ржаной	30	1,80	0,30	13,50	63	ТК	2,75	3,30
	Итого за рацион питания :	655	28,36	23,36	84,45	683		105,75	151,14
Обед	Суп картофельный с крупой пшеничной	250	2,10	2,80	19,10	143	138-04	8,82	13,24
	Запеканка из творога с курагой со сметаной	195/5	9,39	8,37	126,93	472	ТК	72,94	109,44
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,13		10,20	42	ТК	2,44	3,65
	Фрукты(Апельсины)	100	0,90	0,20	8,10	38	393-16	10,00	13,00
	Хлеб пшеничный	60	4,20	1,20	30,00	143	ТК	4,80	5,76
	Хлеб ржаной	40	2,40	0,40	18,00	84	ТК	3,67	4,40
	Итого за рацион питания :	850	19,12	12,97	212,33	922		102,67	149,49
Полдник	Расстегай с мясом	100	15,57	10,72	29,97	250	743-04	29,23	43,87
	Компот из вишни	200	0,16	0,16	27,81	105	342-17,ТК	13,57	20,34
	Фрукты (Яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47	ТК	7,40	9,62
	Итого за рацион питания :	400	16,13	11,28	67,58	402		50,20	73,83



Неделя по цикличному меню: 1

День цикличному 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	Капуста квашеная	80	1,28	0,08	4,16	22	ТК	11,48	14,92
	Рыба, запеченная с маслом	90/5	14,58	13,59	3,96	226	ТК	44,77	67,14
	Картофельное пюре	160	3,41	5,55	21,12	149	54-11	15,50	23,27
	Сок фруктовый	180	0,90		18,18	76	389-17,ТК	14,40	18,72
	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 :	565	23,47	20,02	71,42	587		90,38	129,13
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	7,08	10,63
	Запеканка из творога с курагой со сметаной	150/5	7,25	6,61	97,67	403	ТК	56,38	84,57
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,13		10,20	42	ТК	2,44	3,65
	Фрукты(Апельсины)	100	0,90	0,20	8,10	38	393-16	10,00	13,00
	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	96	ТК	3,20	3,84
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42	ТК	1,83	2,20
	Итого за рацион питания :	735	18,6	15,95	160,25	807		93,52	136,77
Полдник	Пирожки печеные из дрожжевого теста с картофелем	100	6,03	7,60	36,90	240	406-17	8,53	12,78
	Компот из вишни	200	0,16	0,16	27,81	105	342-17,ТК	13,57	20,34
	Итого за рацион питания :	300	6,19	7,76	64,71	345		22,10	33,12