

«УТВЕРЖДЕНО»

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель АНО «Школьное питание»

Руководитель общеобразовательной организации

Шевченко М. С.

/



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

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

Дата: 24.11.2023

Неделя по цикличному меню: 1

День цикличному меню: 5

\*\*картофель очищенный

| 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                                   | 100              | 0,80                    | 0,10          | 1,70         | 10                            | 70-17          | 12,65                             | 16,45               |
|                                  | Рыба, запеченая с маслом                         | 95               | 14,58                   | 13,59         | 3,96         | 226                           | ТК             | 47,27                             | 70,91               |
|                                  | Картофельное пюре                                | 160              | 3,41                    | 5,55          | 21,12        | 149                           | 54-11г-20, ТК  | 15,47                             | 23,22               |
|                                  | 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                |
|                                  | <b>Итого за рацион питания :</b>                 | <b>585</b>       | <b>22,77</b>            | <b>20,04</b>  | <b>69,29</b> | <b>576</b>                    |                | <b>93,77</b>                      | <b>134,07</b>       |
| Обед                             | Сыр порционно                                    | 20               | 4,64                    | 5,90          |              | 72                            | 015-17         | 12,59                             | 18,88               |
|                                  | Суп картофельный с крупой                        | 200              | 1,68                    | 2,24          | 15,28        | 114                           | 138-04         | 6,43                              | 9,64                |
|                                  | 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             | 2,44                              | 3,65                |
|                                  | 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                |
| <b>Итого за рацион питания :</b> | <b>735</b>                                       | <b>18,08</b>     | <b>16,1</b>             | <b>161,08</b> | <b>809</b>   |                               | <b>91,73</b>   | <b>134,69</b>                     |                     |
| Полдник                          | Пирожки печеные из дрожжевого теста с картофелем | 100              | 6,03                    | 7,60          | 36,90        | 240                           | 405,406,467-17 | 7,80                              | 11,68               |
|                                  | Компот из вишни                                  | 200              | 0,20                    |               | 32,50        | 126                           | 342-17,ТК      | 9,22                              | 13,83               |
|                                  | <b>Итого за рацион питания :</b>                 | <b>300</b>       | <b>6,23</b>             | <b>7,6</b>    | <b>69,4</b>  | <b>366</b>                    |                | <b>17,02</b>                      | <b>25,51</b>        |

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО «Школьное питание»

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

/Шевченко М. С.

/

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

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

Дата: 24.11.2023

Неделя по цикличному меню: 1

День цикличному меню: 5

\*\*картофель очищенный

| 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    | Ассорти из соленых овощей                  | 110              | 1,05                    | 0,66         | 1,14          | 17                            | 70-17         | 13,31                             | 17,30               |
|            | Рыба, запеченая с маслом                   | 115              | 17,65                   | 16,45        | 4,79          | 273                           | ТК            | 57,24                             | 85,85               |
|            | Картофельное пюре                          | 180              | 3,84                    | 6,24         | 23,76         | 167                           | 54-11г-20, ТК | 17,40                             | 26,11               |
|            | 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                |
|            | <b>Итого за рацион питания :</b>           | <b>655</b>       | <b>27,82</b>            | <b>24,45</b> | <b>81,7</b>   | <b>693</b>                    |               | <b>107,94</b>                     | <b>154,69</b>       |
| Обед       | Суп картофельный с крупой                  | 250              | 2,10                    | 2,80         | 19,10         | 143                           | 138-04        | 8,03                              | 12,06               |
|            | 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            | 2,44                              | 3,65                |
|            | 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                |
|            | <b>Итого за рацион питания :</b>           | <b>850</b>       | <b>18,57</b>            | <b>13,28</b> | <b>212,25</b> | <b>972</b>                    |               | <b>100,84</b>                     | <b>147,40</b>       |
| Полдник    | Расстегай с мясом                          | 100              | 15,57                   | 10,72        | 29,97         | 250                           | 743-04        | 25,83                             | 38,75               |
|            | Компот из вишни                            | 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                |
|            | <b>Итого за рацион питания :</b>           | <b>400</b>       | <b>16,15</b>            | <b>11,07</b> | <b>71,39</b>  | <b>416</b>                    |               | <b>42,45</b>                      | <b>62,20</b>        |