



«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель центра "Школьное питание"

Руководитель общеобразовательной организации

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

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

Дата: 04.09.2024

Неделя по цикличному меню: 1

День цикличному меню: 3

** официальный завтрак

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 твердых сортов в нарезке	15	3,50	4,40		54	54-1з-2022	10,60	15,90
	Запеканка воздушная "Зебра" с сахарной пудрой (150/5)	155	10,16	15,30	39,18	395	ТК № 3/7	65,19	97,76
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,30		6,70	28	54-3гв-2022	2,32	3,48
	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	72	Пром.1	2,77	3,32
	Фрукты свежие (Нектарины)	100	0,09	0,20	8,10	43	Пром.	13,00	16,90
	Итого за рацион питания :	500	16,15	20,5	68,98	592		93,88	137,36
Обед	Салат из свежих помидоров	80	0,88	4,90	3,65	62	23-2017	9,13	12,18
	Борщ с капустой и картофелем	200	1,60	4,16	10,48	85	№110-2004	8,66	12,95
	Филе птицы, тушенное в сметанном соусе	100	11,58	7,83	3,84	167	ТК № О/2, 594-22	41,02	61,52
	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,30	6,30	36,00	234	54-4г-2023	12,07	18,10
	Сок натуральный	200	1,00		20,20	85	Пром.	16,00	20,80
	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	96	Пром. 5	3,69	4,43
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42	Пром.2	2,12	2,54
	Итого за рацион питания :	790	27,36	24,19	103,17	771		92,69	132,52
Полдник	Пирожок печеный с картофелем	75	4,64	5,03	27,52	174	406-2017	5,99	8,97
	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107	382-2017	10,83	16,24
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.3	7,40	9,62
	Итого за рацион питания :	355	8,71	8,62	53,14	328		24,22	34,83
ВСЕГО :		1 645	52,22	53,31	225,29	1 691		210,79	304,71



«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

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

Возрастная категория питающихся: 12 и старше в том числе: ОВЗ, дети-инвалиды, дети мобилизованных, дети погибших, многодетные

Дата: 04.09.2024

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 твердых сортов в нарезке	15	3,50	4,40		54	54-1з-2022	10,60	15,90
	Запеканка воздушная "Зебра" с джемом (180/20)	200	12,29	18,44	55,35	489	ТК № 3/7	82,05	123,09
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,30		6,70	28	54-3гн-2022	2,32	3,48
	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	96	Пром. 5	3,69	4,43
	Фрукты свежие (Нектарины)	100	0,09	0,20	8,10	43	Пром.	13,00	16,90
	Итого за рацион питания :	555	18,98	23,84	90,15	710		111,66	163,80
Обед	Салат из свежих помидоров	100	1,10	6,12	4,57	78	23-2017	11,41	15,21
	Борщ с капустой и картофелем	250	2,00	5,20	13,10	106	№110-2004	10,75	16,12
	Филе птлицы, тушенное в сметанном соусе	120	13,90	9,40	4,61	200	ТК № 0/2, 594-22	49,23	73,83
	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,96	7,56	43,20	281	54-4г-2023	14,48	21,72
	Сок натуральный	200	1,00		20,20	85	Пром.	16,00	20,80
	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	96	Пром. 5	3,69	4,43
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42	Пром.2	2,12	2,54
	Итого за рацион питания :	910	31,96	29,28	114,68	888		107,68	154,65
Полдник	Пирожок печеный с картофелем	100	6,19	6,70	36,69	232	406-2017	7,98	11,96
	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107	382-2017	10,83	16,24
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.3	7,40	9,62
	Итого за рацион питания :	380	10,26	10,29	62,31	386		26,21	37,82
ВСЕГО :		1 845	61,2	63,41	267,14	1 984		245,55	356,27