

«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: 04.03.2024*

*Неделя по цикличному меню: 1*

*День цикличному меню: 1*

\* очищенные овощи

| 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                          | Каша вязкая молочная рисовая с маслом     | 190/10           | 5,71                    | 10,33        | 40,90        | 280                           | №174-17       | 17,77                             | 26,65               |
|                                  | Кофейный напиток                          | 200              | 3,17                    | 2,78         | 15,95        | 101                           | ТК            | 12,86                             | 19,29               |
|                                  | Фрукты (Яблоки)                           | 100              | 0,40                    | 0,40         | 9,80         | 47                            | ТК            | 7,40                              | 9,62                |
|                                  | 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                |
|                                  | <b>Итого за рацион питания :</b>          | <b>550</b>       | <b>12,58</b>            | <b>14,31</b> | <b>90,65</b> | <b>542</b>                    |               | <b>42,26</b>                      | <b>60,64</b>        |
| Обед                             | Салат из соленых огурцов с луком          | 100              | 0,81                    | 5,03         | 1,80         | 56                            | 21-17         | 13,23                             | 17,49               |
|                                  | Борщ с капустой белокочанной и картофелем | 200              | 1,60                    | 4,16         | 4,16         | 84                            | 110-04        | 9,04                              | 13,53               |
|                                  | Наггетсы куриные                          | 100              | 7,30                    | 7,60         | 31,82        | 234                           | ТК            | 61,55                             | 92,30               |
|                                  | Макароны отварные с овощами               | 150              | 5,17                    | 5,99         | 28,52        | 188                           | 205-17        | 8,67                              | 13,00               |
|                                  | Чай с сахаром                             | 200              | 0,07                    | 0,02         | 10,00        | 40                            | ТК            | 1,75                              | 2,63                |
|                                  | Фрукты (Яблоки)                           | 100              | 0,40                    | 0,40         | 9,80         | 47                            | ТК            | 7,40                              | 9,62                |
|                                  | 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                |
| <b>Итого за рацион питания :</b> | <b>920</b>                                | <b>19,95</b>     | <b>24,3</b>             | <b>119,6</b> | <b>808</b>   |                               | <b>107,59</b> | <b>155,71</b>                     |                     |
| Полдник                          | Кулебяка с капустой                       | 100              | 6,03                    | 5,83         | 31,23        | 203                           | 742-04        | 9,75                              | 14,65               |
|                                  | Кофейный напиток                          | 200              | 3,17                    | 2,78         | 15,95        | 101                           | ТК            | 12,86                             | 19,29               |
|                                  | Фрукты (Яблоки)                           | 100              | 0,40                    | 0,40         | 9,80         | 47                            | ТК            | 7,40                              | 9,62                |
|                                  | <b>Итого за рацион питания :</b>          | <b>400</b>       | <b>9,6</b>              | <b>9,01</b>  | <b>56,98</b> | <b>351</b>                    |               | <b>30,01</b>                      | <b>43,56</b>        |

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО «Школьное питание»



Шевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

1



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

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

Дата: 04.03.2024

Неделя по циклическому меню: 1

День циклическому меню: 1

\* очищенные овощи

| Прием пищи | Наименование блюда                            | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |              |               | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептур | 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               |
|            | Каша вязкая молочная рисовая с маслом         | 190/10           | 5,71                    | 10,33        | 40,90         | 280                           | №174-17    | 17,77                             | 26,65               |
|            | Кофейный напиток                              | 200              | 3,17                    | 2,78         | 15,95         | 101                           | ТК         | 12,86                             | 19,29               |
|            | Фрукты (Яблоки)                               | 100              | 0,40                    | 0,40         | 9,80          | 47                            | ТК         | 7,40                              | 9,62                |
|            | Хлеб пшеничный                                | 50               | 3,50                    | 1,00         | 25,00         | 120                           | ТК         | 4,00                              | 4,80                |
|            | Хлеб ржаной                                   | 30               | 1,80                    | 0,30         | 13,50         | 63                            | ТК         | 2,75                              | 3,30                |
|            | <b>Итого за рацион питания :</b>              | <b>600</b>       | <b>19,22</b>            | <b>20,71</b> | <b>105,15</b> | <b>683</b>                    |            | <b>57,37</b>                      | <b>82,54</b>        |
| Обед       | Борщ с капустой белокочанной и картофелем     | 250              | 2,00                    | 5,20         | 5,20          | 106                           | 110-04     | 11,30                             | 16,93               |
|            | Наггетсы куриные                              | 100              | 7,30                    | 7,60         | 31,82         | 234                           | ТК         | 61,55                             | 92,30               |
|            | Макароны отварные с овощами                   | 180              | 6,20                    | 7,19         | 34,22         | 226                           | 205-17     | 10,06                             | 15,09               |
|            | Чай с сахаром                                 | 200              | 0,07                    | 0,02         | 10,00         | 40                            | ТК         | 1,75                              | 2,63                |
|            | Пирожки печеные из дрожжевого теста с печенью | 75               | 11,68                   | 8,04         | 22,48         | 143                           | 406-17     | 19,32                             | 28,99               |
|            | Хлеб пшеничный                                | 40               | 2,80                    | 0,80         | 20,00         | 96                            | ТК         | 3,20                              | 3,84                |
|            | Хлеб ржаной                                   | 40               | 2,40                    | 0,40         | 18,00         | 84                            | ТК         | 3,67                              | 4,40                |
|            | <b>Итого за рацион питания :</b>              | <b>885</b>       | <b>32,45</b>            | <b>29,25</b> | <b>141,72</b> | <b>929</b>                    |            | <b>110,85</b>                     | <b>164,18</b>       |
| Полдник    | Кулебяка с капустой                           | 150              | 9,05                    | 8,75         | 46,85         | 324                           | 742-04     | 14,62                             | 21,93               |
|            | Кофейный напиток                              | 200              | 3,17                    | 2,78         | 15,95         | 101                           | ТК         | 12,86                             | 19,29               |
|            | <b>Итого за рацион питания :</b>              | <b>350</b>       | <b>12,22</b>            | <b>11,53</b> | <b>62,8</b>   | <b>425</b>                    |            | <b>27,48</b>                      | <b>41,22</b>        |