

«УТВЕРЖДЕНО»
Руководитель АНО «Школьное питание»

Щенченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

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

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

Дата: 11.03.2024

Неделя по циклическому меню: 2

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	Свекла отварная дольками	90	1,62	0,09	8,82	43	ТК	6,07	9,10
	Омлет натуральный	140/10	13,94	24,83	2,64	290	210-17	41,54	62,31
	Кефир порционно	180	5,22	4,50	7,20	90	386-17,Т К	13,60	17,68
	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
	Итого за рацион питания :	570	24,48	30,62	52,46	584		72,84	103,79
Обед	Огурцы соленые	70	0,56	0,07	1,19	7	70-17	8,86	11,51
	Суп картофельный с клецками	200	2,85	3,67	14,83	115	108-17	8,73	13,11
	Шницель говяжий	100	15,00	22,00	13,02	279	268-17	57,04	85,12
	Картофельное пюре	150	3,19	5,20	19,80	139	54-11	14,53	21,80
	Сок фруктовый	200	1,00		20,20	85	389-17,Т К	16,00	20,80
	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
	Итого за рацион питания :	900	28,3	32,64	117,34	855		119,31	170,06
Полдник	Булочка бриошь с изюмом	100	4,38	7,30	35,00	243	471-03	17,58	26,38
	Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	107	385-17	13,72	20,57
	Итого за рацион питания :	300	10,18	12,3	44,6	350		31,30	46,95

«УТВЕРЖДЕНО»
Руководитель АНО «Школьное питание»



Щербаков М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

Ежедневное меню основного (организованного) питания *

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

Дата: 11.03.2024

Неделя по циклическому меню: 2

День циклическому меню: 1

* оптимальные варианты

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	Ассорти из соевых овощей (огурцы, помидоры)	100	1,03	0,03	2,90	17	70-17	12,32	16,01
	Омлет натуральный	190/10	18,89	31,11	3,54	370	210-17	54,11	81,17
	Кефир порционно	200	5,80	5,00	8,00	100	386-17,Т К	15,11	19,64
	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
	Итого за рацион питания :	670	30,72	37,64	57,74	693		94,89	133,58
Обед	Суп картофельный с клецками	250	3,56	4,59	18,54	144	108-17	10,91	16,37
	Шницель говяжий	100/5	15,04	25,63	13,09	312	268-17	60,28	89,97
	Макароны отварные с овощами	180	6,20	7,19	34,22	226	205-17	10,06	15,09
	Сок фруктовый	180	0,90		18,18	76	389-17,Т К	14,40	18,72
	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 :	815	32,3	39,01	132,03	985		104,12	150,31
Полдник	Булочка бриошь с изюмом	100	4,38	7,30	35,00	243	471-03	17,58	26,38
	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107	382-17	9,09	13,64
	Фрукты (Яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47	ТК	7,40	9,62
	Итого за рацион питания :	380	8,45	10,89	60,62	397		34,07	49,64