

«УТВЕРЖДЕНО»
Руководитель АНО «Школьное питание»



Черченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

/

Ежедневное меню основного (организованного) питания *

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

Дата: 13.03.2024

Неделя по циклическому меню: 2

День циклическому меню: 3

* 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	Котлета рыбная	100	14,80	13,90	11,80	164	234-17,Т К	29,76	44,22
	Картофель отварной	150	3,00	7,65	23,85	182	518-04	13,63	20,44
	Сок фруктовый	180	0,90		18,18	76	389-17,Т К	14,40	18,72
	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 :	580	22,4	22,75	87,63	583		69,42	98,08
Обед	Ассорти из соленых овощей (огурцы, помидоры)	60	0,62	0,02	1,76	10	70-17	7,27	9,43
	Суп с макаронными изделиями	200	1,91	4,06	10,40	97	147-04	2,97	4,46
	Филе птицы, тушенное в сметанном соусе	70/25	14,69	5,57	3,10	220	ТК	49,24	73,85
	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150	4,79	4,44	30,89	244	302-17	11,10	16,64
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,13		10,20	42	ТК	2,44	3,65
	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 :	785	27,44	15,39	94,85	796		79,77	116,13
Полдник	Расстегай с мясом	100	15,57	10,72	29,97	250	743-04	29,28	43,95
	Сок фруктовый	200	1,00		20,20	85	389-17,Т К	16,00	20,80
	Итого за рацион питания :	300	16,57	10,72	50,17	335		45,28	64,75

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО «Школьное питание»



Иванченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

/

Ежедневное меню основного (организованного) питания *

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

Дата: 13.03.2024

Неделя по циклическому меню: 2

День циклическому меню: 3

* опциональные блюда

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	Котлета рыбная	100	14,80	13,90	11,80	164	234-17,Т К	29,76	44,22
	Картофель отварной	180	3,60	9,18	28,62	218	518-04	16,35	24,51
	Сок фруктовый	180	0,90		18,18	76	389-17,Т К	14,40	18,72
	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 :	640	25	24,78	106,9	688		74,66	105,17
Обед	Салат из капусты белокочанной	100	0,75	6,02	2,35	60	45	6,01	9,01
	Суп с макаронными изделиями	250	2,39	5,08	13,00	121	147-04	3,72	5,58
	Филе тунца, тушенное в сметанном соусе	100/20	13,90	9,40	4,60	200	ТК	68,96	103,44
	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180	5,75	5,33	37,07	248	302-17	12,69	19,03
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,13		10,20	42	ТК	2,44	3,65
	Фрукты (Яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47	ТК	7,40	9,62
	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 :	1 050	29,92	27,83	125,02	945		109,69	160,49
Полдник	Котлета куриная, запеченная в тесте	100	11,99	10,41	33,17	234	ТК	24,19	36,10
	Сок фруктовый	180	0,90		18,18	76	389-17,Т К	14,40	18,72
	Фрукты (Яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47	ТК	7,40	9,62
	Кондитерские изделия (вафли топленое молоко 15г)	15	0,32	2,66	5,69	48	ТК	4,30	5,59
	Итого за рацион питания :	395	13,61	13,47	66,84	405		50,29	70,03