

«СОЛАСОВАНО»
 Руководитель общеобразовательной организации

Шевченко М. С.

Руководитель АНО «Питание»



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

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

Дата: 19.10.2023

Неделя по циклическому меню: 1

День циклическому меню: 4

*очищенные овощи

Прием пищи	Наименование блюда	Вес грамма, блюда,	Пищевые			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептур	Цена продукта в наборе овощей руб/бл	Цена всего в руб/бл
			Белк и	Жиры	Углебы				
Обед	Морковные палочки	90	1,17	0,09	6,21	32	TK	5,67	8,51
	Бок "Курпца с рисом и овощами"	150	8,40	15,45	28,05	215	310-16	47,97	71,96
	Кисель из кураги. ШИЗ №784	200	0,41		20,06	82	№784 стр.442	6,58	9,87
	Фрукты (яблоки)	100	0,38	0,35	8,92	40	TK	7,40	9,62
	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	72	TK	2,31	2,77
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42	TK	1,67	2,00
	Итого за рацион питания :	590	13,66	16,69	87,24	483		71,60	104,73
	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	0,58	3,65	2,19	42	TK	6,22	8,28
	Борш сибирский с капустой	200	3,12	3,44	12,80	94	111-04	11,96	17,96
	Омлет с овощами и маслом сливочным	180	18,20	26,80	5,20	318	TK	45,71	67,77
Кофейный напиток	200	3,17	2,78	15,95	101	TK	12,86	19,29	
Фрукты (яблоки)	100	0,38	0,35	8,92	40	TK	7,40	9,62	
Хлеб пшеничный	50	3,50	1,00	25,00	120	TK	3,85	4,62	
Хлеб ржаной	30	1,80	0,30	13,50	63	TK	2,51	3,01	
Итого за рацион питания :	820	30,75	38,32	83,56	778		90,51	130,55	
Подник	Котлета говяжья, запеченная в тесте	100	11,99	10,41	33,17	274	420-17	30,44	45,44
	Сок фруктовый	200	0,76		20,57	86	389-17,Т К	16,00	20,80
	Итого за рацион питания :	300	12,75	10,41	53,74	360		46,44	66,24

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

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

Дата: 19.10.2023

Неделя по циклическому меню: 1

День циклическому меню: 4

*очищенные овощи

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	Цена продукта в рублях	Цена всего в рублях	
			Белки	Жиры	Углеводы					
Завтрак	Орпухи свежие полая	120	0,84	0,12	2,28	14	TK	10,21	13,27	
	Бок "Курица с рисом и овощами"	200	11,20	20,60	37,40	287	310-16	63,97	95,94	
	Кисель из кураги, III3 №784 стр.442	200	0,41		20,06	82	№784 стр.442	6,58	9,87	
	Кондитерские изделия (пряники)	25	0,55	0,41	6,82	33	TK	8,90	11,57	
	Хлеб пшеничный	50	3,50	1,00	25,00	120	TK	3,85	4,62	
	Хлеб ржаной	30	1,80	0,30	13,50	63	TK	2,51	3,01	
	Итого за рацион питания :		625	18,3	22,43	105,06	599		96,02	138,28
	Обед	Сыр попционно	30	6,96	8,85		108	015-17	18,88	28,32
Борщ сибирский с капустой белокочанной 250 кф		250	3,90	4,30	16,00	118	111-04	14,37	21,57	
Омлет с овощами и маслом сливочным		220	22,25	32,76	6,36	389	TK	55,87	82,83	
Кофейный напиток		200	3,17	2,78	15,95	101	TK	12,86	19,29	
Фрукты (яблоки)		100	0,38	0,35	8,92	40	TK	7,40	9,62	
Хлеб пшеничный		60	4,20	1,20	30,00	143	TK	4,62	5,54	
Хлеб ржаной		40	2,40	0,40	18,00	84	TK	3,34	4,01	
Итого за рацион питания :		900	43,26	50,64	95,23	983		117,34	171,18	
Полдник	Котлета говяжья, запеченная в тесте	100	11,99	10,41	33,17	274	420-17	30,44	45,44	
	Сок фруктовый	200	0,76		20,57	86	389-17,Т К	16,00	20,80	
	Фрукты (яблоки)	100	0,38	0,35	8,92	40	TK	7,40	9,62	
	Итого за рацион питания :		400	13,13	10,76	62,66	400		53,84	75,86