

«УТВЕРЖДЕНО»  
Директор АНО «Школьное питание»

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

/Шевченко М. С.

/



**Ежедневное меню  
основного (организованного) питания**

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

Дата: 11.10.2023

Неделя по цикличному меню: 2

День цикличному меню: 3

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 (филе минтай)	100	14,80	13,90	11,80	164	234-17,ТК	24,37	36,14
	Картофель отварной	150	3,00	7,65	23,85	182	518-04	13,11	19,67
	Сок фруктовый	180	0,68		18,51	77	389-17,ТК	14,40	18,72
	Фрукты (яблоки)	100	0,38	0,35	8,92	40	ТК	7,40	9,62
	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	72	ТК	2,31	2,77
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42	ТК	1,67	2,00
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>580</b>	<b>22,16</b>	<b>22,7</b>	<b>87,08</b>	<b>577</b>		<b>63,26</b>	<b>88,92</b>
Обед	Ассорти овощное, морковь, болгарский перец	60	0,66	0,12	2,28	13	ТК	5,90	8,85
	Суп с макаронными изделиями	200	1,91	4,06	10,40	97	147-04	3,01	4,49
	Филе птицы, тушенное в сметанном соусе	95	14,94	5,67	3,15	223	ТК	48,90	73,36
	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150	4,79	4,44	30,89	244	302-17	10,75	16,13
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,13		10,20	42	ТК	2,05	3,07
	Хлеб пшеничный	50	3,50	1,00	25,00	120	ТК	3,85	4,62
	Хлеб ржаной	30	1,80	0,30	13,50	63	ТК	2,51	3,01
<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>785</b>	<b>27,73</b>	<b>15,59</b>	<b>95,42</b>	<b>802</b>		<b>76,97</b>	<b>113,53</b>	
Полдник	Расстегай с мясом	100	15,57	10,72	29,97	250	743-04	26,99	40,51
	Сок фруктовый	200	0,76		20,57	86	389-17,ТК	16,00	20,80
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>300</b>	<b>16,33</b>	<b>10,72</b>	<b>50,54</b>	<b>336</b>		<b>42,99</b>	<b>61,31</b>



«УТВЕРЖДЕНО»  
 Директор АНО «Центр «Школьное питание»

Шевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

/

### Ежедневное меню основного (организованного) питания

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

Дата: 11.10.2023

Неделя по циклическому меню: 2

День циклическому меню: 3

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 (филе минтай)	100	14,80	13,90	11,80	164	234-17,Т К	24,37	36,14
	Картофель отварной	180	3,60	9,18	28,62	218	518-04	15,73	23,60
	Сок фруктовый	180	0,68		18,51	77	389-17,Т К	14,40	18,72
	Фрукты (яблоки)	100	0,38	0,35	8,92	40	ТК	7,40	9,62
	Хлеб пшеничный	50	3,50	1,00	25,00	120	ТК	3,85	4,62
	Хлеб ржаной	30	1,80	0,30	13,50	63	ТК	2,51	3,01
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>640</b>	<b>24,76</b>	<b>24,73</b>	<b>106,35</b>	<b>682</b>		<b>68,26</b>	<b>95,71</b>
Обед	Салат из капусты белокочанной	100	1,30	3,25	6,47	60	ТК	5,88	8,82
	Суп с макаронными изделиями	250	2,39	5,08	13,00	121	147-04	3,75	5,63
	Филе птицы, тушенное в сметанном соусе	120	18,88	7,16	3,98	282	ТК	61,77	92,66
	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180	5,74	5,33	37,06	293	302-17	12,90	19,35
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,13		10,20	42	ТК	2,05	3,07
	Фрукты (яблоки)	100	0,38	0,35	8,92	40	ТК	7,40	9,62
	Хлеб пшеничный	60	4,20	1,20	30,00	143	ТК	4,62	5,54
	Хлеб ржаной	40	2,40	0,40	18,00	84	ТК	3,34	4,01
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>1 050</b>	<b>35,42</b>	<b>22,77</b>	<b>127,63</b>	<b>1 065</b>		<b>101,71</b>	<b>148,70</b>
Полдник	Котлета куриная, запеченная в тесте	100	11,99	10,41	33,17	234	ТК	23,97	35,74
	Сок фруктовый	180	0,68		18,51	77	389-17,Т К	14,40	18,72
	Фрукты (яблоки)	100	0,38	0,35	8,92	40	ТК	7,40	9,62
	Кондитерские изделия (вафли топленое молоко 15г)	15	0,32	2,66	5,69	48	ТК	4,30	5,59
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>395</b>	<b>13,37</b>	<b>13,42</b>	<b>66,29</b>	<b>399</b>		<b>50,07</b>	<b>69,67</b>