



«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

Шевченко М. С.

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

*Возрастная категория питающихся: 12 и старше в том числе: ОВЗ, дети-инвалиды, дети мобилизованных, дети погибших, многодетные*

*Дата: 04.09.2024*

*Неделя по циклическому меню: 1*

*День циклическому меню: 3*

\* 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	Сыр твердых сортов в нарезке	15	3,50	4,40		54	54-13-2022	10,60	15,90
	Запеканка воздушная "Зебра" с джемом (180/20)	200	12,29	18,44	55,35	489	ТК № 3/7	82,05	123,09
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,30		6,70	28	54-3гн-2022	2,32	3,48
	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	96	Пром. 5	3,69	4,43
	Фрукты свежие (Нектарины)	100	0,09	0,20	8,10	43	Пром.	13,00	16,90
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>555</b>	<b>18,98</b>	<b>23,84</b>	<b>90,15</b>	<b>710</b>		<b>111,66</b>	<b>163,80</b>
Обед	Салат из свежих помидоров	100	1,10	6,12	4,57	78	23-2017	11,96	16,04
	Борщ с капустой и картофелем	250	2,00	5,20	13,10	106	№110-2004	12,46	18,69
	Филе птицы, тушенное в сметанном соусе	120	13,90	9,40	4,61	200	ТК № 0/2, 594-22	49,66	74,48
	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,96	7,56	43,20	281	54-4г-2023	14,48	21,72
	Сок натуральный	200	1,00		20,20	85	Пром.	16,00	20,80
	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	96	Пром. 5	3,69	4,43
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42	Пром.2	2,12	2,54
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>910</b>	<b>31,96</b>	<b>29,28</b>	<b>114,68</b>	<b>888</b>		<b>110,37</b>	<b>158,70</b>
Полдник	Пирожок печеный с картофелем	100	6,19	6,70	36,69	232	406-2017	8,90	13,34
	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107	382-2017	10,83	16,24
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.3	7,40	9,62
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>380</b>	<b>10,26</b>	<b>10,29</b>	<b>62,31</b>	<b>386</b>		<b>27,13</b>	<b>39,20</b>
<b>ВСЕГО :</b>		<b>1 845</b>	<b>61,2</b>	<b>63,41</b>	<b>267,14</b>	<b>1 984</b>		<b>249,16</b>	<b>361,70</b>

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации



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

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

Дата: 04.09.2024

Неделя по циклическому меню: 1

День циклическому меню: 3

\* ОБЩЕПРИЕМНОЕ ОБИД

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	Цена продукта всего набора в рублях	Цена всего в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы				
Завтрак	Сыр твердых сортов в нарезке	15	3,50	4,40		54	54-1з-2022	10,60	15,90
	Запеканка воздушная "Зебра" с сахарной пудрой (150/5)	155	10,16	15,30	39,18	395	ТК № 3/7	65,19	97,76
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,30		6,70	28	54-3гн-2022	2,32	3,48
	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	72	Пром.1	2,77	3,32
	Фрукты свежие (Нектарины)	100	0,09	0,20	8,10	43	Пром.	13,00	16,90
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>500</b>	<b>16,15</b>	<b>20,5</b>	<b>68,98</b>	<b>592</b>		<b>93,88</b>	<b>137,36</b>
Обед	Салат из свежих помидоров	80	0,88	4,90	3,65	62	23-2017	9,57	12,84
	Борщ с капустой и картофелем	200	1,60	4,16	10,48	85	№110-2004	10,02	15,02
	Филе птицы, тушенное в сметанном соусе	100	11,58	7,83	3,84	167	ТК № 0/2, 594-22	41,38	62,06
	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,30	6,30	36,00	234	54-4г-2023	12,07	18,10
	Сок натуральный	200	1,00		20,20	85	Пром.	16,00	20,80
	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	96	Пром. 5	3,69	4,43
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42	Пром.2	2,12	2,54
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>790</b>	<b>27,36</b>	<b>24,19</b>	<b>103,17</b>	<b>771</b>		<b>94,85</b>	<b>135,79</b>
Полдник	Пирожок печеный с картофелем	75	4,64	5,03	27,52	174	406-2017	6,68	10,00
	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107	382-2017	10,83	16,24
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.3	7,40	9,62
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>355</b>	<b>8,71</b>	<b>8,62</b>	<b>53,14</b>	<b>328</b>		<b>24,91</b>	<b>35,86</b>
<b>ВСЕГО :</b>		<b>1 645</b>	<b>52,22</b>	<b>53,31</b>	<b>225,29</b>	<b>1 691</b>		<b>213,64</b>	<b>309,01</b>