

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО «Школьное питание»

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

Шевченко М. С.



Ежедневное меню

Основного (организованного) питания *

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

Дата: 24.04.2024

Неделя по циклическому меню: 1

День циклическому меню: 3

* оптимальное питание

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	Сыр порционно	20	4,64	5,90		72	015-17	12,59	18,88
	Пудинг из творога со сметаной	140/10	11,66	13,79	22,60	303	362-04	49,54	74,33
	Кефир порционно	180	5,22	4,50	7,20	90	386-17,ТК	13,60	17,68
	Фрукты(Апельсины)	100	0,90	0,20	8,10	38	393-16	10,00	13,00
	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 :	500	25,72	25,19	61,9	617		89,96	128,97
Обед	Ассорти из овощей (горошек консерв., огурцы соленые 30/30)	60	0,89	0,08	1,83	13	70-17	10,74	13,96
	Суп картофельный с горохом	200	4,60	4,48	17,84	134	139-4	7,91	11,87
	Шницель рыбный натуральный с маслом	100/5	13,02	14,51	7,98	230	235-17	40,53	60,77
	Картофель отварной	150	3,00	7,65	23,85	182	518-04	13,63	20,44
	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107	382-17	9,09	13,64
	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 :	775	30,48	31,21	105,82	849		88,65	128,78
Полдник	Ватрушка с творогом	100	12,30	7,31	38,90	269	410-17	18,61	27,90
	Кефир порционно	200	5,80	5,00	8,00	100	386-17,ТК	15,11	19,64
	Итого за рацион питания :	300	18,1	12,31	46,9	369		33,72	47,54

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО ЦО «Школьное питание»
М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации



Ежедневное меню

основного (организованного) питания *

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

Дата: 24.04.2024

Неделя по цикличному меню: 1

День цикличному меню: 3

* опциональные блюда

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	Сыр порционно	10	2,32	2,95		36	015-17	6,29	9,44
	Пудинг из творога со сметаной	200/5	16,60	19,70	32,27	402	362-04	68,64	103,00
	Кефир порционно	200	5,80	5,00	8,00	100	386-17,Т К	15,11	19,64
	Фрукты(Апельсины)	100	0,90	0,20	8,10	38	393-16	10,00	13,00
	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	72	ТК	2,40	2,88
	Хлеб ржаной	30	1,80	0,30	13,50	63	ТК	2,75	3,30
	Итого за рацион питания :	575	29,52	28,75	76,87	711		105,19	151,26
Обед	Суп картофельный с горохом	250	6,20	5,60	22,30	167	139-4	9,89	14,83
	Шницель рыбный натуральный с маслом	100/5	13,02	14,51	7,98	230	235-17	40,53	60,77
	Картофель отварной	180	3,60	9,18	28,62	218	518-04	16,35	24,51
	Какао с молоком	200	4,07	3,54	17,57	119	382-17	10,10	15,15
	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	50	3,00	0,50	22,50	105	ТК	4,58	5,50
	Итого за рацион питания :	935	33,79	34,73	133,77	1 006		92,85	135,18
Полдник	Ватрушка с творогом	100	12,30	7,31	38,90	269	410-17	18,61	27,90
	Кефир порционно	250	7,25	6,25	10,00	125	386-17,Т К	18,89	24,55
	Итого за рацион питания :	350	19,55	13,56	48,9	394		37,50	52,45