

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель ДПО «Школьное питание»

Шевченко М. С.

Руководитель общеобразовательной организации

Шевченко М. С.



Ежедневное меню
основного (организованного) питания **

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

Дата: 04.09.2024

Неделя по цикличному меню: 1

День цикличному меню: 3

** очищенный картофель

| 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 |
| | Итого за рацион питания : | 500 | 16,15 | 28,5 | 68,98 | 592 | | 93,88 | 137,36 |
| Обед | Салат из свежих помидоров | 80 | 0,88 | 4,90 | 3,65 | 62 | 23-2017 | 9,13 | 12,18 |
| | Борщ с капустой и картофелем | 200 | 1,60 | 4,16 | 10,48 | 85 | №110-2004 | 8,66 | 12,95 |
| | Филе птицы, тушенное в сметанном соусе | 100 | 11,58 | 7,83 | 3,84 | 167 | ТК № О/2, 594-22 | 41,02 | 61,52 |
| | 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 |
| | Итого за рацион питания : | 790 | 27,36 | 24,19 | 103,17 | 771 | | 92,69 | 132,52 |
| Полдник | Пирожок печеный с картофелем | 75 | 4,64 | 5,03 | 27,52 | 174 | 406-2017 | 5,99 | 8,97 |
| | 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 |
| | Итого за рацион питания : | 355 | 8,71 | 8,62 | 53,14 | 328 | | 24,22 | 34,83 |
| ВСЕГО : | | 1 645 | 52,22 | 53,31 | 225,29 | 1 691 | | 210,79 | 304,71 |



М Е Н Ю (выбор)

04.09.2024

12 и старше (5-11кл).

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, г | Б, г | Ж, г | У, г | Энергетическая ценность, Ккал | Стоимость, руб. | | |
|--|----------|--------------|--------------|--------------|-------------------------------|-----------------|--------------|---------------|
| | | | | | | продукт. набор | услуга | ИТОГО |
| Салат | | 2 | 0,33 | 10,17 | 52 | 32,49 | 9,74 | 42,23 |
| 1 - Кукуруза сахарная | 100 | 2,00 | 0,33 | 10,17 | 52 | 32,49 | 9,74 | 42,23 |
| Основное | | 20,08 | 18,49 | 47,56 | 479 | 58,64 | 25,72 | 84,36 |
| 1 - Филе птицы, тушенное в сметанном соусе | 110 | 12,74 | 8,62 | 4,23 | 163 | 45,12 | 17,49 | 62,61 |
| 1 - Каша гречневая рассыпчатая | 200 | 11,07 | 8,40 | 48,00 | 312 | 16,09 | 5,91 | 22,00 |
| 2 - Рыба запеченная "Фиш-ка" | 100 | 11,44 | 14,30 | 4,17 | 238 | 40,34 | 20,17 | 60,51 |
| 2 - Картофель по-деревенски | 180 | 4,91 | 5,66 | 38,71 | 225 | 15,72 | 7,88 | 23,60 |
| Дополнение | | 3,6 | 0,8 | 30,7 | 142 | 7,21 | 2,13 | 9,34 |
| 1 - Чай с сахаром и лимоном | 200 | 0,30 | | 6,70 | 28 | 2,32 | 1,16 | 3,48 |
| 1 - Хлеб пшеничный | 30 | 2,10 | 0,60 | 15,00 | 72 | 2,77 | 0,65 | 3,32 |
| 1 - Хлеб ржаной | 20 | 1,20 | 0,20 | 9,00 | 42 | 2,12 | 0,42 | 2,54 |
| Итого : | | 25,68 | 19,62 | 88,43 | 673 | 98,34 | 37,59 | 135,93 |

Принял: _____
 Заведующий производством _____
 должность _____ подпись _____ расшифровка подписи _____

СТОЛОВАЯ МАОУ ГИМНАЗИИ №69

Автономная некоммерческая организация
«ШКОЛЬНОЕ ПИТАНИЕ»



СТОЛОВАЯ МАОУ ГИМНАЗИИ №69

Автономная некоммерческая организация
«ШКОЛЬНОЕ ПИТАНИЕ»



СТОЛОВАЯ МАОУ ГИМНАЗИИ №69

Автономная некоммерческая организация
«ШКОЛЬНОЕ ПИТАНИЕ»



СТОЛОВАЯ МАОУ ГИМНАЗИИ №69

Автономная некоммерческая организация
«ШКОЛЬНОЕ ПИТАНИЕ»

