

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"

Шевченко М. С.



«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

Сенюкова



Ежедневное меню

основного (организованного) питания **

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

Дата: 10.01.2024

Неделя по циклическому меню: 1

День циклическому меню: 3

** очищенный картофель

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептур	Цена продукта 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	150	17,49	20,69	29,69	454	362-04	52,84	79,30
	Кефир порционно	180	4,91	3,96	6,55	81	386-17,ТК	13,60	17,68
	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	2,40	2,88
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42	ТК	1,83	2,20
	Итого за рацион питания :	500	30,72	31,7	69,16	761		90,66	130,56
Обед	Кукуруза консервированная	60	1,20	0,48	7,32	37	173-17	18,72	24,34
	Суп картофельный с горохом	200	3,68	3,58	14,27	107	139-4	7,60	11,40
	Шницель рыбный натуральный с маслом	105	13,02	14,51	7,98	230	235-17	42,40	63,58
	Картофель отварной	150	3,00	7,65	23,85	182	518-04	13,60	20,40
	Какао с молоком	180	3,19	3,09	21,44	126	ТК	11,32	16,97
	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	29,39	30,61	113,36	865		100,39	144,79	
Полдник	Ватрушка с творогом	100	11,29	7,01	38,10	261	410-17	19,51	29,25
	Кефир порционно	200	5,46	4,40	7,28	90	386-17,ТК	15,11	19,64
	Итого за рацион питания :	300	16,75	11,41	45,38	351		34,62	48,89



МЕНЮ (выбор) **

10.01.2024

12 и старше (5-11кл.)

** очищенный картофель

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, г	Б, г	Ж, г	У, г	Энергетическая ценность, Ккал	Стоимость, руб.
Салат		3,79	6,16	1,34	75,33	18,85
1 - Сыр порционно	20	4,64	5,90		72	18,88
2 - Салат из моркови с сыром	100	5,94	12,49	2,34		18,75
3 - Огурцы соленные	100	0,80	0,10	1,70	10	18,91
Основное		17,39	17,05	33,66	369,33	92,70
1 - Пудинг из творога с джемом	170/15	14,15	16,70	24,03	368	92,57
2 - Котлеты "Московские"	100	15,90	14,40	16,00	238	81,14
2 - Каша пшеничная рассыпчатая	180	3,42	2,70	19,98	122	11,88
3 - Рыба, запеченная с луком и сыром	115	14,43	6,15	6,16	138	53,38
3 - Картофель отварной с луком	200	4,27	11,20	34,80	242	39,14
Дополнение		4,87	1,44	51,07	233	19,15
1 - Чай с сахаром	200	0,07	0,02	10,00	40	2,72
1 - Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	96	3,84
1 - Хлеб ржаной	27	1,62	0,27	12,15	57	2,97
1 - Фрукты (яблоки)	100	0,38	0,35	8,92	40	9,62
		26,05	24,65	86,07	677,66	130,70

Принял: Заведующий производством

подпись

расшифровка подписи



