



МЕНЮ (выбор) **

12.01.2024

12 и старше (5-11кл).

** очищенный картофель

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, г	Б, г	Ж, г	У, г	Энергетическая ценность, Ккал	Стоимость, руб.
Салат		1,22	4,11	6,82	69,67	8,61
1 - Морковные палочки	100	1,10	0,20	3,80	44	8,38
2 - Салат из свеклы с маслом	100	1,80	6,10	14,30	105	8,60
3 - Салат из капусты белокочанной	100	0,75	6,02	2,35	60	8,86
Основное		23,02	17,93	22,97	348	93,86
1 - Запеканка из творога с молоком сгущенным	160/15	23,36	15,84	14,88	298	94,03
2 - Рыба, запеченная с луком и сыром	140	17,57	7,49	7,50	168	64,99
2 - Картофельное пюре	200	4,27	6,93	26,40	186	28,54
3 - Куриное филе запеченное	90	20,44	20,83	0,14	270	82,15
3 - Каша пшеничная рассыпчатая	180	3,42	2,70	19,98	122	11,88
Дополнение		4,71	1,08	62,25	269	19,69
1 - Компот из вишни	180	0,18		29,25	113	12,65
1 - Хлеб пшеничный	39	2,73	0,78	19,50	93	3,74
1 - Хлеб ржаной	30	1,80	0,30	13,50	63	3,30
		28,95	23,12	92,04	686,67	122,16

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

«УТВЕРЖДЕНО»
 Руководитель АНО «Школьное питание»



«СОГЛАСОВАНО»
 Руководитель общеобразовательной организации



Ежедневное меню основного (организованного) питания **

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

Дата: 12.01.2024

Неделя по цикличному меню: 1

День цикличному меню: 5

** очищенный картофель

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептур ы	Цена продуктового набора в рублях	Цена всего в рублях	
			Белки	Жиры	Углеводы					
Завтрак	Огурцы соленые	100	0,80	0,10	1,70	10	70-17	12,65	16,45	
	Рыба, запеченная с маслом	95	14,58	13,59	3,96	226	ТК	47,27	70,91	
	Картофельное пюре	160	3,41	5,55	21,12	149	54-11г-20, ТК	15,47	23,22	
	Сок фруктовый	180	0,68		18,51	77	389-17,Т К	14,40	18,72	
	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 :	585	22,77	20,04	69,29	576		94,02	134,38	
	Обед	Сыр порционно	20	4,64	5,90		72	015-17	12,59	18,88
		Суп картофельный с крупой пшеничной	200	1,68	2,24	15,28	114	138-04	6,71	10,09
Запеканка из творога с курагой со сметаной		155	7,25	6,61	97,68	403	ТК	58,48	87,74	
Чай с сахаром и лимоном		200	0,13		10,20	42	ТК	2,44	3,65	
Фрукты (яблоки)		100	0,38	0,35	8,92	40	ТК	7,40	9,62	
Хлеб пшеничный		40	2,80	0,80	20,00	96	ТК	3,20	3,84	
Хлеб ржаной		20	1,20	0,20	9,00	42	ТК	1,83	2,20	
Итого за рацион питания :	735	18,08	16,1	161,08	809		92,65	136,02		
Полдник	Пирожки печеные из дрожжевого теста с картофелем	100	6,03	7,60	36,90	240	405,406,4 67-17	8,64	12,93	
	Компот из вишни	200	0,20		32,50	126	342-17,Т К	9,37	14,05	
	Итого за рацион питания :	300	6,23	7,6	69,4	366		18,01	26,98	



