

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Центрское питание"
/Шевченко М.С.



«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации



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

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

Дата: 19.01.2024

Неделя по цикличному меню: 2

День цикличному меню: 5

** очищенный картофель

Прим. пици	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептур ы	Цена продукта нового набора в рублях	Цена всего в рублях
			Белк и	Жир ы	Углево ды				
Завтрак	Морковные палочки	80	0,88	0,16	3,04	35	ТК	4,26	6,38
	Гратен из печени	90	15,99	10,15	6,71	206	ТК	33,12	49,42
	Макароны отварные с овощами	150	5,17	5,99	28,52	188	205-17	9,41	14,11
	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 :	550	26,02	17,1	80,78	620		65,42	93,71
	Обед	Салат из соленых огурцов с луком	60	0,49	3,02	1,10	34	21-17	7,78
Борщ с капустой белокочанной и картофелем		200	1,60	4,16	4,16	84	110-04	9,27	13,90
Рыба, запеченная с маслом		95	14,58	13,59	3,96	226	ТК	47,27	70,91
Картофель отварной с луком		150	3,20	8,40	26,10	181	204-04	19,81	29,72
Фрукты (яблоки)		100	0,38	0,35	8,92	40	ТК	7,40	9,62
Сок фруктовый		200	0,76		20,57	86	389-17,Т К	16,00	20,80
Хлеб пшеничный		40	2,80	0,80	20,00	96	ТК	3,20	3,84
Хлеб ржаной		30	1,80	0,30	13,50	63	ТК	2,75	3,30
Итого за рацион питания :	875	25,61	30,62	98,31	810		113,48	162,37	
Полдник	Бутерброд с сыром	60	11,90	16,40	41,60	183	ТК	21,29	31,22
	Какао с молоком	180	3,19	3,09	21,44	126	ТК	11,32	16,97
	Фрукты (яблоки)	100	0,38	0,35	8,92	40	ТК	7,40	9,62
	Итого за рацион питания :	340	15,47	19,84	71,96	349		40,01	57,81



М Е Н Ю (выбор) **

19.01.2024

12 и старше (5-11кл).

** очищенный картофель

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, г	Б, г	Ж, г	У, г	Энергетическая ценность, Ккал	Стоимость, руб.
Салат		3,8	7,81	1,38	90,67	18,89
1 - Салат из квашеной капусты	100	0,83	5,03	1,84	56	19,05
2 - Сыр порционно	20	4,64	5,90		72	18,88
3 - Салат из моркови с сыром	100	5,94	12,49	2,31	144	18,75
Основное		21,91	21,94	35,34	459,33	83,72
1 - Гратен из печени	100	17,77	11,28	7,46	229	54,53
1 - Ризотто с овощами	180	4,84	9,58	39,46	254	29,36
2 - Омлет натуральный	180	16,73	29,80	3,17	348	83,89
3 - Котлета рубленая из куриного филе	110	20,02	9,24	14,74	222	61,88
3 - Каша гречневая рассыпчатая с маслом	200	6,38	5,92	41,18	325	21,51
Дополнение		5	1,42	52,17	238	19,55
1 - Чай с сахаром	200	0,07	0,02	10,00	40	2,72
1 - Фрукты (яблоки)	100	0,38	0,35	8,92	40	9,62
1 - Хлеб пшеничный	35	2,45	0,70	17,50	84	3,36
1 - Хлеб ржаной	35	2,10	0,35	15,75	74	3,85
		30,71	31,17	88,89	788	122,16

Принял: Заведующий производством
должность

подпись

расшифровка подписи



