

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО «Школьное питание»

Шевченко М. С.



«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

Жондолова Л. В.



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

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

Дата: 12.04.2024

Неделя по цикличному меню: 1

День цикличному меню: 5

\*\* очищенный картофель

| Прием пищи                       | Наименование блюда                               | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |               |              | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры  | Цена продуктового набора в рублях | Цена всего в рублях |
|----------------------------------|--|------------------|-------------------------|---------------|--------------|-------------------------------|--------------|-----------------------------------|---------------------|
|                                  |  |                  | Белки                   | Жиры          | Углеводы     |                               |              |                                   |                     |
| Завтрак                          | Помидоры свежие                                  | 100              | 1,10                    | 0,20          | 3,80         | 22                            | 71-17        | 15,34                             | 19,94               |
|                                  | Рыба, запеченная с маслом (горбуша)              | 90/5             | 14,70                   | 13,70         | 4,00         | 194                           | ТК           | 50,33                             | 75,48               |
|                                  | Картофельное пюре                                | 160              | 3,41                    | 5,55          | 21,12        | 149                           | 54-11        | 15,50                             | 23,27               |
|                                  | Сок фруктовый                                    | 180              | 0,90                    |               | 18,18        | 76                            | 389-17,ТК    | 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                |
|                                  | <b>Итого за рацион питания :</b>                 | <b>585</b>       | <b>23,41</b>            | <b>20,25</b>  | <b>71,1</b>  | <b>555</b>                    |              | <b>99,80</b>                      | <b>142,49</b>       |
| 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       | 7,08                              | 10,63               |
|                                  | Запеканка из творога с курагой со сметаной       | 150/5            | 7,25                    | 6,61          | 97,67        | 403                           | ТК           | 56,38                             | 84,57               |
|                                  | Чай с сахаром и лимоном                          | 200              | 0,13                    |               | 10,20        | 42                            | ТК           | 2,44                              | 3,65                |
|                                  | Фрукты(Апельсины)                                | 100              | 0,90                    | 0,20          | 8,10         | 38                            | 393-16       | 10,00                             | 13,00               |
|                                  | 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                |
| <b>Итого за рацион питания :</b> | <b>735</b>                                       | <b>18,6</b>      | <b>15,95</b>            | <b>160,25</b> | <b>807</b>   |                               | <b>93,52</b> | <b>136,77</b>                     |                     |
| Полдник                          | Пирожки печеные из дрожжевого теста с картофелем | 100              | 6,03                    | 7,60          | 36,90        | 240                           | 406-17       | 8,53                              | 12,78               |
|                                  | Компот из вишни                                  | 200              | 0,16                    | 0,16          | 27,81        | 105                           | 342-17,ТК    | 13,57                             | 20,34               |
|                                  | <b>Итого за рацион питания :</b>                 | <b>300</b>       | <b>6,19</b>             | <b>7,76</b>   | <b>64,71</b> | <b>345</b>                    |              | <b>22,10</b>                      | <b>33,12</b>        |



«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"

Шевченко М. С.



«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

Коновалова Л. В.



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

Возрастная категория питающихся: 12 и старше, ОБЗ, дети-инвалиды

Дата: 12.04.2024

Неделя по цикличному меню: 1

День цикличному меню: 5

\*\* очищенный картофель

| Прием пищи | Наименование блюда                         | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |              |               | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры | Цена продуктового набора в рублях | Цена всего в рублях |
|------------|--|------------------|-------------------------|--------------|---------------|-------------------------------|-------------|-----------------------------------|---------------------|
|            |  |                  | Белки                   | Жиры         | Углеводы      |                               |             |                                   |                     |
| Завтрак    | Огурцы соленые                             | 110              | 1,21                    | 0,22         | 4,18          | 13                            | 70-17       | 13,92                             | 18,09               |
|            | Рыба, запеченная с маслом (горбуша)        | 110/5            | 17,83                   | 16,60        | 4,79          | 235                           | ТК          | 60,52                             | 90,78               |
|            | Картофельное пюре                          | 180              | 3,84                    | 6,24         | 23,76         | 167                           | 54-11       | 17,48                             | 26,21               |
|            | Сок фруктовый                              | 180              | 0,90                    |              | 18,18         | 76                            | 389-17,ТК   | 14,40                             | 18,72               |
|            | 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                |
|            | <b>Итого за рацион питания :</b>           | <b>655</b>       | <b>28,38</b>            | <b>24,16</b> | <b>84,41</b>  | <b>650</b>                    |             | <b>112,27</b>                     | <b>160,94</b>       |
| Обед       | Суп картофельный с крупой пшеничной        | 250              | 2,10                    | 2,80         | 19,10         | 143                           | 138-04      | 8,82                              | 13,24               |
|            | Запеканка из творога с курагой со сметаной | 195/5            | 9,39                    | 8,37         | 126,93        | 472                           | ТК          | 72,94                             | 109,44              |
|            | Чай с сахаром и лимоном                    | 200              | 0,13                    |              | 10,20         | 42                            | ТК          | 2,44                              | 3,65                |
|            | Фрукты(Апельсины)                          | 100              | 0,90                    | 0,20         | 8,10          | 38                            | 393-16      | 10,00                             | 13,00               |
|            | Хлеб пшеничный                             | 60               | 4,20                    | 1,20         | 30,00         | 143                           | ТК          | 4,80                              | 5,76                |
|            | Хлеб ржаной                                | 40               | 2,40                    | 0,40         | 18,00         | 84                            | ТК          | 3,67                              | 4,40                |
|            | <b>Итого за рацион питания :</b>           | <b>850</b>       | <b>19,12</b>            | <b>12,97</b> | <b>212,33</b> | <b>922</b>                    |             | <b>102,67</b>                     | <b>149,49</b>       |
| Полдник    | Расстегай с мясом                          | 100              | 15,57                   | 10,72        | 29,97         | 250                           | 743-04      | 29,23                             | 43,87               |
|            | Компот из вишни                            | 200              | 0,16                    | 0,16         | 27,81         | 105                           | 342-17,ТК   | 13,57                             | 20,34               |
|            | Фрукты (Яблоки)                            | 100              | 0,40                    | 0,40         | 9,80          | 47                            | ТК          | 7,40                              | 9,62                |
|            | <b>Итого за рацион питания :</b>           | <b>400</b>       | <b>16,13</b>            | <b>11,28</b> | <b>67,58</b>  | <b>402</b>                    |             | <b>50,20</b>                      | <b>73,83</b>        |