

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

Шевченко М. С.

Ежедневное меню основного (организованного) питания **

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

Дата: 26.09.2024

Неделя по цикличному меню: 2

День цикличному меню: 4

** 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	Овощи в нарезке (помидор свежий)	75	0,88	0,13	2,88	16	54-3з-2022	9,95	12,93
	Омлет с картофелем (запеченный)	150	13,20	15,90	11,25	284	345-2004	40,51	60,77
	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
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42	Пром.2	2,12	2,54
	Кондитерские изделия (ирис)	25	0,85	1,95	23,30	120	Пром.	9,48	12,32
	Итого за рацион питания :	500	18,53	18,78	68,13	562		67,15	95,36
Обед	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	0,78	1,94	3,87	36	45-2017	3,76	5,64
	Суп картофельный с мясными фрикадельками (200/25)	225	7,64	5,50	16,70	149	137-2004	28,18	42,27
	Рыба запеченная "Фиш-ка"	90	10,30	12,87	3,75	214	ТК № О/6	36,25	54,38
	Картофель отварной с зеленью	150	3,05	4,94	24,15	182	634-2022	17,61	26,42
	Сок натуральный	180	0,90		18,18	76	Пром.	14,40	18,72
	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
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.3	7,40	9,62
	Итого за рацион питания :	865	27,07	26,65	105,45	842		113,41	164,02
Полдник	Расстегай с мясом	75	9,43	8,04	22,48	267	П/9	21,65	32,47
	Чай с молоком	180	1,44	0,99	7,83	46	54-4гн-2022	4,43	6,65
	Фрукты свежие (Нектарины)	100	0,09	0,20	8,10	43	Пром.	14,50	18,85
	Итого за рацион питания :	355	10,96	9,23	38,41	356		40,58	57,97
ВСЕГО :	1 720	56,56	54,66	211,99	1 760		221,14	317,35	

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"

/Шевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

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

Возраст, категория: 12 и старше в том числе: ОВЗ, дети-инвалиды, дети из многодетных семей, дети участников СВО

Дата: 26.09.2024

Неделя по циклическому меню: 2

День циклическому меню: 4

** 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	Овощи в нарезке (помидор свежий)	100	1,17	0,17	3,83	21	54-3з-2022	13,26	17,24
	Омлет с картофелем (запеченный)	200	17,60	21,20	15,00	378	345-2004	54,00	81,00
	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
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42	Пром.2	2,12	2,54
	Кондитерские изделия (ирис)	25	0,85	1,95	23,30	120	Пром.	9,48	12,32
	Итого за рацион питания :	575	23,22	24,12	72,83	661		83,95	119,90
Обед	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	1,31	3,25	6,46	60	45-2017	6,27	9,40
	Суп картофельный с мясными фрикадельками (250/25)	275	9,34	6,72	20,41	182	137-2004	30,14	45,22
	Рыба запеченная "Фиш-ка"	100	11,44	14,30	4,17	238	ТК № О/6	40,34	60,51
	Картофель отварной с зеленью	180	3,66	5,93	28,98	218	634-2022	21,13	31,69
	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
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.3	7,40	9,62
	Итого за рацион питания :	1 015	31,15	31,6	119,02	968		127,09	184,21
Полдник	Расстегай с мясом	75	9,43	8,04	22,48	267	П/9	21,65	32,47
	Чай с молоком	200	1,60	1,10	8,70	51	54-4гн-2022	4,93	7,40
	Фрукты свежие (Нектарины)	100	0,09	0,20	8,10	43	Пром.	14,50	18,85
	Итого за рацион питания :	375	11,12	9,34	39,28	361		41,08	58,72
ВСЕГО :	1 965	65,49	65,06	231,13	1 990		252,12	362,83	