

«УТВЕРЖДЕНО»
Руководитель АНО «Школьное питание»

Шевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации



Ежедневное меню основного (организованного) питания **

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

Дата: 11.04.2024

Неделя по цикличному меню: 1

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 | Огурцы свежие | 90 | 0,99 | 0,18 | 3,42 | 11 | 71-17 | 10,89 | 14,16 |
| | Вок "Курица с рисом и овощами" | 150 | 8,40 | 15,45 | 28,05 | 215 | 310-16 | 46,02 | 69,03 |
| | Кисель из кураги | 200 | 0,89 | 0,06 | 32,75 | 155 | ТК | 11,65 | 17,48 |
| | Фрукты (Яблоки) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47 | 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 : | 590 | 13,98 | 16,89 | 98,02 | 542 | | 80,19 | 115,37 |
| Обед | Морковь на корейский лад | 60 | 0,54 | 4,92 | 2,88 | 140 | 173, ТК | 8,82 | 11,47 |
| | Борщ сибирский с капустой свежей | 200 | 3,12 | 3,44 | 12,80 | 94 | 111-04 | 11,98 | 17,98 |
| | Омлет с овощами и маслом сливочным | 170/10 | 18,20 | 26,80 | 5,20 | 318 | ТК | 49,73 | 73,34 |
| | Кофейный напиток | 200 | 3,17 | 2,78 | 15,95 | 101 | ТК | 12,86 | 19,29 |
| | Фрукты (Яблоки) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47 | ТК | 7,40 | 9,62 |
| | 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 : | 820 | 30,73 | 39,64 | 85,13 | 883 | | 97,54 | 139,80 |
| Полдник | Котлета говяжья, запеченная в тесте | 100 | 11,99 | 10,41 | 33,17 | 274 | 420-17 | 32,26 | 48,18 |
| | Сок фруктовый | 200 | 1,00 | | 20,20 | 85 | 389-17,ТК | 16,00 | 20,80 |
| | Итого за рацион питания : | 300 | 12,99 | 10,41 | 53,37 | 359 | | 48,26 | 68,98 |

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

/Шевченко М. С.

/

«Школьное питание»

Ежедневное меню

основного (организованного) питания **

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

Дата: 11.04.2024

Неделя по цикличному меню: 1

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 | Огурцы свежие | 120 | 1,32 | 0,24 | 4,56 | 14 | 71-17 | 14,51 | 18,87 |
| | Вок "Курица с рисом и овощами" | 200 | 11,20 | 20,60 | 37,40 | 287 | 310-16 | 61,41 | 92,12 |
| | Кисель из кураги | 200 | 0,89 | 0,06 | 32,75 | 155 | ТК | 11,65 | 17,48 |
| | Кондитерские изделия (пряники 25гр) | 25 | 0,55 | 0,41 | 6,82 | 33 | ТК | 8,90 | 11,57 |
| | 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 : | 625 | 19,26 | 22,61 | 120,03 | 672 | | 103,22 | 148,14 |
| Обед | Сыр порционно | 30 | 6,96 | 8,85 | | 108 | 015-17 | 18,88 | 28,32 |
| | Борщ сибирский с капустой свежей | 250 | 3,90 | 4,30 | 16,00 | 118 | 111-04 | 15,01 | 22,49 |
| | Омлет с овощами и маслом сливочным | 215/5 | 20,50 | 34,60 | 5,89 | 352 | ТК | 57,94 | 85,34 |
| | Кофейный напиток | 200 | 3,17 | 2,78 | 15,95 | 101 | ТК | 12,86 | 19,29 |
| | Фрукты (Яблоки) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47 | ТК | 7,40 | 9,62 |
| | 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 |
| Итого за рацион питания : | 900 | 41,53 | 52,53 | 95,64 | 953 | | 120,56 | 175,22 | |
| Полдник | Котлета говяжья, запеченная в тесте | 100 | 11,99 | 10,41 | 33,17 | 274 | 420-17 | 32,26 | 48,18 |
| | Сок фруктовый | 200 | 1,00 | | 20,20 | 85 | 389-17,ТК | 16,00 | 20,80 |
| | Фрукты (Яблоки) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47 | ТК | 7,40 | 9,62 |
| | Итого за рацион питания : | 400 | 13,39 | 10,81 | 63,17 | 406 | | 55,66 | 78,60 |