

«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: 16.02.2024

Неделя по цикличному меню: 2

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    | 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        | 188,40                        | 205-17     | 9,41                              | 14,11               |
|            | Сок фруктовый                             | 180              | 0,90                    | 0            | 18,18        | 76,32                         | 389-07,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>550</b>       | <b>26,24</b>            | <b>17,10</b> | <b>80,45</b> | <b>619,72</b>                 |            | <b>65,42</b>                      | <b>93,71</b>        |
| Обед       | Салат из соленых огурцов с луком          | 60               | 0,49                    | 3,02         | 1,10         | 34                            | 21-17      | 7,78                              | 10,28               |
|            | Борщ с капустой белокочанной и картофелем | 200              | 1,60                    | 4,16         | 4,16         | 84,80                         | 110-04     | 9,27                              | 13,90               |
|            | Рыба, запеченная с маслом                 | 90/5             | 14,58                   | 13,59        | 3,96         | 225,60                        | ТК         | 47,27                             | 70,91               |
|            | Картофель отварной с луком                | 150              | 3,20                    | 8,40         | 26,10        | 181,25                        | 204-04     | 19,81                             | 29,72               |
|            | Фрукты (яблоки)                           | 100              | 0,40                    | 0,40         | 9,80         | 47                            | ТК         | 7,40                              | 9,62                |
|            | Сок фруктовый                             | 200              | 1,00                    | 0            | 20,20        | 84,80                         | 389-07,ТК  | 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                |
|            | <b>Итого за рацион питания :</b>          | <b>875</b>       | <b>25,87</b>            | <b>30,67</b> | <b>98,82</b> | <b>816,45</b>                 |            | <b>113,48</b>                     | <b>162,37</b>       |
| Полдник    | Бутерброд с сыром                         | 60               | 11,90                   | 16,40        | 41,60        | 183                           | ТК         | 21,29                             | 31,22               |
|            | Какао с молоком                           | 180              | 3,67                    | 3,19         | 15,82        | 107                           | 382-17     | 11,32                             | 16,97               |
|            | Фрукты (яблоки)                           | 100              | 0,40                    | 0,40         | 9,80         | 47,00                         | ТК         | 7,40                              | 9,62                |
|            | <b>Итого за рацион питания :</b>          | <b>340</b>       | <b>15,97</b>            | <b>19,99</b> | <b>67,22</b> | <b>337</b>                    |            | <b>40,01</b>                      | <b>57,81</b>        |



«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"

Шевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

/

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

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

Дата: 16.02.2024

Неделя по цикличному меню: 2

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    | Морковные палочки                         | 100              | 1,10                    | 0,20         | 3,80         | 43,75                         | ТК            | 5,32                              | 7,98                |
|            | Гратен из печени                          | 120              | 21,32                   | 13,53        | 8,95         | 245,4                         | ТК            | 44,14                             | 65,89               |
|            | Макароны отварные с овощами               | 180              | 6,20                    | 7,19         | 34,22        | 226,08                        | 205-17        | 11,29                             | 16,94               |
|            | Сок фруктовый                             | 180              | 0,90                    | 0            | 18,18        | 76,32                         | 389-07        | 14,40                             | 18,72               |
|            | Хлеб пшеничный                            | 30               | 2,10                    | 0,60         | 15,00        | 72                            | ТК            | 2,40                              | 2,88                |
|            | Хлеб ржаной                               | 30               | 1,80                    | 0,30         | 13,50        | 63                            | ТК            | 2,75                              | 3,30                |
|            | <b>Итого за рацион питания :</b>          | <b>640</b>       | <b>33,42</b>            | <b>21,82</b> | <b>93,65</b> | <b>726,25</b>                 |               | <b>80,30</b>                      | <b>115,71</b>       |
| Обед       | Салат из соленых огурцов с луком          | 100              | 0,81                    | 5,03         | 1,83         | 56                            | 21-17         | 12,97                             | 17,11               |
|            | Борщ с капустой белокочанной и картофелем | 250              | 2,00                    | 5,20         | 5,20         | 106                           | 110-04        | 11,58                             | 17,37               |
|            | Рыба, запеченая с маслом                  | 115/5            | 19,39                   | 13,29        | 5,19         | 256,8                         | ТК            | 59,72                             | 89,58               |
|            | Картофельное пюре                         | 180              | 3,84                    | 6,24         | 23,76        | 167,28                        | 54-11г-20, ТК | 17,40                             | 26,11               |
|            | Кофейный напиток                          | 200              | 3,17                    | 2,78         | 15,95        | 101                           | ТК            | 12,86                             | 19,29               |
|            | Хлеб пшеничный                            | 50               | 3,50                    | 1,00         | 25,00        | 120                           | ТК            | 4,00                              | 4,80                |
|            | Хлеб ржаной                               | 40               | 2,40                    | 0,40         | 18,00        | 84                            | ТК            | 3,67                              | 4,40                |
|            | <b>Итого за рацион питания :</b>          | <b>940</b>       | <b>35,11</b>            | <b>33,94</b> | <b>94,93</b> | <b>891,08</b>                 |               | <b>122,20</b>                     | <b>178,66</b>       |
| Полдник    | Булочка творожная                         | 100              | 13,08                   | 6,06         | 38,68        | 300                           | 440-17        | 17,31                             | 25,96               |
|            | Сок фруктовый                             | 180              | 0,90                    | 0            | 18,18        | 76,32                         | 389-07        | 14,40                             | 18,72               |
|            | Фрукты (яблоки)                           | 100              | 0,40                    | 0,40         | 9,8          | 47                            | ТК            | 7,40                              | 9,62                |
|            | <b>Итого за рацион питания :</b>          | <b>380</b>       | <b>14,38</b>            | <b>6,46</b>  | <b>66,66</b> | <b>423,32</b>                 |               | <b>39,11</b>                      | <b>54,30</b>        |