

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"



Шевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

/

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

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

Дата: 08.02.2024

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	Морковные палочки	120	1,56	0,12	8,28	42	ТК	6,38	9,58
	Вок "Курица с рисом и овощами"	200	11,2	20,6	37,4	287	310-16	64,14	96,21
	Кисель из кураги	200	0,89	0,06	32,75	154,6	ТК	6,58	9,87
	Кондитерские изделия (пряники 25гр)	25	0,55	0,41	6,82	33	ТК	8,90	11,57
	Хлеб пшеничный	50	3,5	1	25	120	ТК	4,00	4,80
	Хлеб ржаной	30	1,8	0,3	13,5	63	ТК	2,75	3,30
	Итого за рацион питания :	625	19,5	22,49	116,93	699,6		92,75	135,33
Обед	Сыр порционно	30	6,96	8,85	0	108	015-17	18,88	28,32
	Борщ сибирский с капустой белокочанной	250	3,9	4,3	16	118	111-04	16,28	24,40
	Омлет с овощами и маслом сливочным	220	20,5	34,6	5,89	352	ТК	59,39	88,11
	Кофейный напиток	200	3,17	2,78	15,95	100,50	ТК	12,86	19,29
	Фрукты (яблоки)	100	0,40	0,40	9,8	47	ТК	7,40	9,62
	Хлеб пшеничный	60	4,2	1,2	30	143,40	ТК	4,80	5,76
	Хлеб ржаной	40	2,4	0,4	18	84	ТК	3,67	4,40
	Итого за рацион питания :	900	41,53	52,53	95,64	952,90		123,28	179,90
Полдник	Котлета говяжья, запеченная в тесте	100	11,99	10,41	33,17	274	420-17	29,83	44,52
	Сок фруктовый	200	1,00	0	20,20	84,8	389-07,ТК	16,00	20,80
	Фрукты (яблоки)	100	0,40	0,40	9,8	47	ТК	7,40	9,62
	Итого за рацион питания :	400	13,39	10,81	63,17	405,8		53,23	74,94

Шевченко М. С.

/



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

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

Дата: 08.02.2024

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	Морковные палочки	90	1,17	0,09	6,21	39,38	ТК	4,79	7,18
	Вок "Курица с рисом и овощами"	150	8,4	15,45	28,05	215	310-16	48,10	72,16
	Кисель из кураги	200	0,89	0,06	32,75	154,6	ТК	6,58	9,87
	Фрукты (яблоки)	100	0,40	0,40	9,8	47	ТК	7,40	9,62
	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,6	15	72	ТК	2,40	2,88
	Хлеб ржаной	20	1,2	0,2	9	42	ТК	1,83	2,20
	Итого за рацион питания :	590	14,16	16,8	100,81	569,98		71,10	103,91
Обед	Салат из свеклы с маслом	60	1,08	3,66	8,58	63	52-17	3,44	5,16
	Борщ сибирский с капустой свежей	200	3,12	3,44	12,8	94,4	111-04	13,06	19,62
	Омлет с овощами и маслом сливочным	170/10	18,2	26,8	5,2	318,17	ТК	48,59	72,09
	Кофейный напиток	200	3,17	2,78	15,95	100,50	ТК	12,86	19,29
	Фрукты (яблоки)	100	0,40	0,40	9,8	47	ТК	7,40	9,62
	Хлеб пшеничный	50	3,5	1	25	120	ТК	4,00	4,80
	Хлеб ржаной	30	1,8	0,3	13,5	63	ТК	2,75	3,30
	Итого за рацион питания :	820	31,27	38,38	90,83	806,07		92,10	133,88
Полдник	Котлета говяжья, запеченная в тесте	100	11,99	10,41	33,17	274	420-17	29,83	44,52
	Сок фруктовый	200	1	0	20,20	84,8	389-07,ТК	16,00	20,80
	Итого за рацион питания :	300	12,99	10,41	53,37	358,8		45,83	65,32