

«УТВЕРЖДЕНО»

Директор 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: 05.10.2023

Неделя по цикличному меню: 1

День цикличному меню: 4

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептур	Цена продуктового набора в рублях	Цена всего в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы				
Завтрак	Морковные палочки	90	1,17	0,09	6,21	32	ТК	4,50	6,75
	Вок "Курица с рисом и овощами"	150	8,40	15,45	28,05	215	310-16	47,78	71,67
	Кисель из вишни	200	18,00	0,14	23,94	117	ТК	9,19	13,79
	Фрукты (яблоки)	100	0,38	0,35	8,92	40	ТК	7,40	9,62
	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	72	ТК	2,31	2,77
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42	ТК	1,67	2,00
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>590</b>	<b>31,25</b>	<b>16,83</b>	<b>91,12</b>	<b>518</b>		<b>72,85</b>	<b>106,60</b>
Обед	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	0,58	3,65	2,19	42	ТК	6,09	8,09
	Борщ сибирский с капустой свежей	200	3,12	3,44	12,80	94	111-04	11,08	16,64
	Омлет с овощами и маслом сливочным	180	18,20	26,80	5,20	318	ТК	40,90	60,57
	Кофейный напиток	200	3,17	2,78	15,95	101	ТК	12,86	19,29
	Фрукты (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	44	ТК	8,44	10,97
	Хлеб пшеничный	50	3,50	1,00	25,00	120	ТК	3,85	4,62
	Хлеб ржаной	30	1,80	0,30	13,50	63	ТК	2,51	3,01
<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>820</b>	<b>30,77</b>	<b>38,37</b>	<b>84,44</b>	<b>782</b>		<b>85,73</b>	<b>123,19</b>	
Полдник	Котлета говяжья, запеченная в тесте	100	11,99	10,41	33,17	274	420-17	37,70	56,33
	Сок фруктовый	200	0,76		20,57	86	389-17,ТК	16,00	20,80
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>300</b>	<b>12,75</b>	<b>10,41</b>	<b>53,74</b>	<b>360</b>		<b>53,70</b>	<b>77,13</b>

«УТВЕРЖДЕНО»

Директор 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: 05.10.2023

Неделя по цикличному меню: 1

День цикличному меню: 4

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептур	Цена продуктового набора в рублях	Цена всего в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы				
Завтрак	Огурцы свежие порция	120	0,84	0,12	2,28	14	ТК	10,21	13,27
	Вок "Курица с рисом и овощами"	200	11,20	20,60	37,40	287	310-16	63,72	95,56
	Кисель из вишни	200	18,00	0,14	23,94	117	ТК	9,19	13,79
	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	3,85	4,62
	Хлеб ржаной	30	1,80	0,30	13,50	63	ТК	2,51	3,01
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>625</b>	<b>35,89</b>	<b>22,57</b>	<b>108,94</b>	<b>634</b>		<b>98,38</b>	<b>141,82</b>
Обед	Сыр порционно	30	6,96	8,85		108	015-17	18,88	28,32
	Борщ сибирский с капустой белокачанной	250	3,90	4,30	16,00	118	111-04	11,64	17,48
	Омлет с овощами и маслом сливочным	220	22,25	32,76	6,36	389	ТК	49,99	74,03
	Кофейный напиток	200	3,17	2,78	15,95	101	ТК	12,86	19,29
	Фрукты (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	44	ТК	8,44	10,97
	Хлеб пшеничный	60	4,20	1,20	30,00	143	ТК	4,62	5,54
	Хлеб ржаной	40	2,40	0,40	18,00	84	ТК	3,34	4,01
<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>900</b>	<b>43,28</b>	<b>50,69</b>	<b>96,11</b>	<b>987</b>		<b>109,77</b>	<b>159,64</b>	
Полдник	Котлета говяжья, запеченная в тесте	100	11,99	10,41	33,17	274	420-17	37,70	56,33
	Сок фруктовый	200	0,76		20,57	86	389-17,ТК	16,00	20,80
	Фрукты (яблоки)	100	0,38	0,35	8,92	40	ТК	7,40	9,62
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>400</b>	<b>13,13</b>	<b>10,76</b>	<b>62,66</b>	<b>400</b>		<b>61,10</b>	<b>86,75</b>