

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"

Шевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

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

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

Дата: 25.10.2023

Неделя по цикличному меню: 2

День цикличному меню: 3

\*\*картофель очищенный

| 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                          | Котлета рыбная (филе минтай)               | 100              | 14,80                   | 13,90        | 11,80        | 164                           | 234-17,Т<br>К | 24,37                             | 36,14               |
|                                  | Картофель отварной                         | 150              | 3,00                    | 7,65         | 23,85        | 182                           | 518-04        | 13,11                             | 19,67               |
|                                  | Сок фруктовый                              | 180              | 0,68                    |              | 18,51        | 77                            | 389-17,Т<br>К | 14,40                             | 18,72               |
|                                  | 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>580</b>       | <b>22,16</b>            | <b>22,7</b>  | <b>87,08</b> | <b>577</b>                    |               | <b>63,26</b>                      | <b>88,92</b>        |
| Обед                             | Ассорти овощное, морковь, болгарский перец | 60               | 0,66                    | 0,12         | 2,28         | 13                            | ТК            | 5,90                              | 8,85                |
|                                  | Суп с макаронными изделиями                | 200              | 1,91                    | 4,06         | 10,40        | 97                            | 147-04        | 3,01                              | 4,49                |
|                                  | Филе птицы, тушенное в сметанном соусе     | 95               | 14,94                   | 5,67         | 3,15         | 223                           | ТК            | 48,90                             | 73,36               |
|                                  | Каша гречневая рассыпчатая с маслом        | 150              | 4,79                    | 4,44         | 30,89        | 244                           | 302-17        | 10,75                             | 16,13               |
|                                  | Чай с сахаром и лимоном                    | 200              | 0,13                    |              | 10,20        | 42                            | ТК            | 2,05                              | 3,07                |
|                                  | 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>785</b>                                 | <b>27,73</b>     | <b>15,59</b>            | <b>95,42</b> | <b>802</b>   |                               | <b>76,97</b>  | <b>113,53</b>                     |                     |
| Полдник                          | Расстегай с мясом                          | 100              | 15,57                   | 10,72        | 29,97        | 250                           | 743-04        | 27,08                             | 40,63               |
|                                  | Сок фруктовый                              | 200              | 0,76                    |              | 20,57        | 86                            | 389-17,Т<br>К | 16,00                             | 20,80               |
|                                  | <b>Итого за рацион питания :</b>           | <b>300</b>       | <b>16,33</b>            | <b>10,72</b> | <b>50,54</b> | <b>336</b>                    |               | <b>43,08</b>                      | <b>61,43</b>        |



«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"

/Шевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

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

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

Дата: 25.10.2023

Неделя по цикличному меню: 2

День цикличному меню: 3

\*\*картофель очищенный

| 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    | Котлета рыбная (филе минтай)                     | 100              | 14,80                   | 13,90        | 11,80         | 164                           | 234-17,ТК  | 24,37                             | 36,14               |
|            | Картофель отварной                               | 180              | 3,60                    | 9,18         | 28,62         | 218                           | 518-04     | 15,73                             | 23,60               |
|            | Сок фруктовый                                    | 180              | 0,68                    |              | 18,51         | 77                            | 389-17,ТК  | 14,40                             | 18,72               |
|            | Фрукты (яблоки)                                  | 100              | 0,38                    | 0,35         | 8,92          | 40                            | ТК         | 7,40                              | 9,62                |
|            | 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>640</b>       | <b>24,76</b>            | <b>24,73</b> | <b>106,35</b> | <b>682</b>                    |            | <b>68,26</b>                      | <b>95,71</b>        |
| Обед       | Салат из капусты белокочанной                    | 100              | 1,30                    | 3,25         | 6,47          | 60                            | ТК         | 5,88                              | 8,82                |
|            | Суп с макаронными изделиями                      | 250              | 2,39                    | 5,08         | 13,00         | 121                           | 147-04     | 3,75                              | 5,63                |
|            | Филе птицы, тушенное в сметанном соусе           | 120              | 18,88                   | 7,16         | 3,98          | 282                           | ТК         | 61,77                             | 92,66               |
|            | Каша гречневая рассыпчатая с маслом              | 180              | 5,74                    | 5,33         | 37,06         | 293                           | 302-17     | 12,90                             | 19,35               |
|            | Чай с сахаром и лимоном                          | 200              | 0,13                    |              | 10,20         | 42                            | ТК         | 2,05                              | 3,07                |
|            | Фрукты (яблоки)                                  | 100              | 0,38                    | 0,35         | 8,92          | 40                            | ТК         | 7,40                              | 9,62                |
|            | 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>1 050</b>     | <b>35,42</b>            | <b>22,77</b> | <b>127,63</b> | <b>1 065</b>                  |            | <b>101,71</b>                     | <b>148,70</b>       |
| Полдник    | Котлета куриная, запеченная в тесте              | 100              | 11,99                   | 10,41        | 33,17         | 234                           | ТК         | 24,18                             | 36,05               |
|            | Сок фруктовый                                    | 180              | 0,68                    |              | 18,51         | 77                            | 389-17,ТК  | 14,40                             | 18,72               |
|            | Фрукты (яблоки)                                  | 100              | 0,38                    | 0,35         | 8,92          | 40                            | ТК         | 7,40                              | 9,62                |
|            | Кондитерские изделия (вафли топленое молоко 15г) | 15               | 0,32                    | 2,66         | 5,69          | 48                            | ТК         | 4,30                              | 5,59                |
|            | <b>Итого за рацион питания :</b>                 | <b>395</b>       | <b>13,37</b>            | <b>13,42</b> | <b>66,29</b>  | <b>399</b>                    |            | <b>50,28</b>                      | <b>69,98</b>        |