

«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: 25.12.2023

Неделя по циклическому меню: 2

День циклическому меню: 1

\*\* 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    | Икра кабачковая                  | 100              | 1,88                    | 7,92         | 7,78          | 110                           | 20-17        | 14,49                             | 18,84               |
|            | Омлет натуральный                | 150              | 13,94                   | 24,83        | 2,64          | 290                           | 210-17       | 45,47                             | 68,21               |
|            | Кефир порционно                  | 180              | 4,91                    | 3,96         | 6,55          | 81                            | 386-17,ТК    | 13,60                             | 17,68               |
|            | 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           | 2,40                              | 2,88                |
|            | Хлеб ржаной                      | 20               | 1,20                    | 0,20         | 9,00          | 42                            | ТК           | 1,83                              | 2,20                |
|            | <b>Итого за рацион питания :</b> | <b>580</b>       | <b>24,41</b>            | <b>37,86</b> | <b>49,89</b>  | <b>635</b>                    |              | <b>85,19</b>                      | <b>119,43</b>       |
| Обед       | Огурцы соленые                   | 60               | 0,48                    | 0,06         | 1,02          | 6                             | 70-17        | 7,59                              | 9,87                |
|            | Суп картофельный с клецками      | 200              | 2,85                    | 3,67         | 15,03         | 115                           | 108-17       | 8,38                              | 12,57               |
|            | Шницель говяжий                  | 100              | 15,72                   | 13,82        | 14,04         | 245                           | 451-04       | 52,34                             | 78,07               |
|            | Картофельное пюре                | 150              | 3,20                    | 5,20         | 19,80         | 139                           | 54-11г-20,ТК | 14,51                             | 21,76               |
|            | 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                |
|            | 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                |
|            | <b>Итого за рацион питания :</b> | <b>890</b>       | <b>28,69</b>            | <b>24,4</b>  | <b>117,88</b> | <b>814</b>                    |              | <b>112,97</b>                     | <b>160,79</b>       |
| Полдник    | Булочка бриошь с изюмом          | 100              | 4,38                    | 7,30         | 35,00         | 243                           | 471-03       | 18,09                             | 27,15               |
|            | Молоко кипяченое                 | 200              | 5,45                    | 4,40         | 8,74          | 96                            | 385-17       | 13,72                             | 20,57               |
|            | <b>Итого за рацион питания :</b> | <b>300</b>       | <b>9,83</b>             | <b>11,7</b>  | <b>43,74</b>  | <b>339</b>                    |              | <b>31,81</b>                      | <b>47,72</b>        |





«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"

Шевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

СОШ № 7

**Ежедневное меню**

**основного (организованного) питания \*\***

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

Дата: 25.12.2023

Неделя по циклическому меню: 2

День циклическому меню: 1

\*\* 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    | Икра кабачковая                  | 120              | 2,26                    | 9,50         | 9,34          | 132                           | 20-17       | 17,39                             | 22,60               |
|            | Омлет натуральный                | 200              | 18,59                   | 33,11        | 3,52          | 386                           | 210-17      | 60,63                             | 90,95               |
|            | Кефир порционно                  | 200              | 5,46                    | 4,40         | 7,28          | 90                            | 386-17,ТК   | 15,11                             | 19,64               |
|            | Фрукты (яблоки)                  | 100              | 0,38                    | 0,35         | 8,92          | 40                            | ТК          | 7,40                              | 9,62                |
|            | 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>690</b>       | <b>31,29</b>            | <b>48,46</b> | <b>62,56</b>  | <b>807</b>                    |             | <b>106,48</b>                     | <b>149,95</b>       |
| Обед       | Суп картофельный с клецками      | 250              | 3,56                    | 4,59         | 18,79         | 144                           | 108-17      | 10,47                             | 15,70               |
|            | Шницель говяжий                  | 105              | 16,51                   | 14,51        | 14,74         | 257                           | 451-04      | 54,96                             | 81,97               |
|            | Макароны отварные с овощами      | 180              | 6,21                    | 7,19         | 34,23         | 226                           | 205-17      | 11,25                             | 16,87               |
|            | Сок фруктовый                    | 180              | 0,68                    |              | 18,51         | 77                            | 389-17,ТК   | 14,40                             | 18,72               |
|            | 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                |
|            | <b>Итого за рацион питания :</b> | <b>815</b>       | <b>33,56</b>            | <b>27,89</b> | <b>134,27</b> | <b>931</b>                    |             | <b>99,55</b>                      | <b>143,42</b>       |
| Полдник    | Булочка бриошь с изюмом          | 100              | 4,38                    | 7,30         | 35,00         | 243                           | 471-03      | 18,09                             | 27,15               |
|            | Какао с молоком                  | 180              | 3,19                    | 3,09         | 21,44         | 126                           | ТК          | 11,32                             | 16,97               |
|            | Фрукты (яблоки)                  | 100              | 0,38                    | 0,35         | 8,92          | 40                            | ТК          | 7,40                              | 9,62                |
|            | <b>Итого за рацион питания :</b> | <b>380</b>       | <b>7,95</b>             | <b>10,74</b> | <b>65,36</b>  | <b>409</b>                    |             | <b>36,81</b>                      | <b>53,74</b>        |





## М Е Н Ю (выбор) \*\*

**25.12.2023**

**12 и старше (5-11кл.)**

\*\* очищенный картофель



| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА             | ВЫХОД,<br>г | Б,<br>г      | Ж,<br>г      | У,<br>г      | Энергетическая<br>ценность, Ккал | Стоимость, руб. |
|--------------------------------|-------------|--------------|--------------|--------------|----------------------------------|-----------------|
| <b>Салат</b>                   |             | <b>4,97</b>  | <b>11,2</b>  | <b>4,55</b>  | <b>139</b>                       | <b>18,82</b>    |
| 1 - Икра кабачковая            | 100         | 1,88         | 7,92         | 7,78         | 110                              | 18,84           |
| 2 - Ассорти из соленых овощей  | 120         | 1,14         | 0,72         | 1,25         | 18                               | 18,88           |
| 3 - Салат из моркови с сыром   | 110         | 11,88        | 24,97        | 4,62         | 289                              | 18,75           |
| <b>Основное</b>                |             | <b>19,75</b> | <b>21,02</b> | <b>16,99</b> | <b>337,67</b>                    | <b>94,43</b>    |
| 1 - Омлет с сыром запеченый    | 195         | 21,01        | 24,30        | 3,52         | 317                              | 94,22           |
| 2 - Чахобили из кур            | 110         | 19,14        | 19,12        | 3,62         | 263                              | 82,66           |
| 2 - Каша пшеничная рассыпчатая | 180         | 3,42         | 2,70         | 19,98        | 122                              | 11,88           |
| 3 - Бефстроганов               | 80          | 12,26        | 11,40        | 2,72         | 162                              | 71,31           |
| 3 - Картофельное пюре          | 160         | 3,41         | 5,55         | 21,12        | 149                              | 23,22           |
| <b>Дополнение</b>              |             | <b>4,61</b>  | <b>1,11</b>  | <b>43,05</b> | <b>197</b>                       | <b>9,75</b>     |
| 1 - Чай с сахаром              | 200         | 0,07         | 0,02         | 10,00        | 40                               | 2,72            |
| 1 - Хлеб пшеничный             | 40          | 2,80         | 0,80         | 20,00        | 96                               | 3,84            |
| 1 - Хлеб ржаной                | 29          | 1,74         | 0,29         | 13,05        | 61                               | 3,19            |
|                                |             | <b>29,33</b> | <b>33,33</b> | <b>64,59</b> | <b>673,67</b>                    | <b>123,00</b>   |

Принял:

Заведующий  
производством

должность

подпись

расшифровка подписи

