

«УТВЕРЖДЕНО»  
Руководитель оператора питания  
ФИО

«СОГЛАСОВАНО»  
Руководитель общеобразовательной организации  
ФИО

Ежедневное меню

основного (организованного) питания

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

Дата 15.09.2023г.

Неделя по циклическому меню: 2

День по циклическому меню: 5

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	Цена в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы			
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Завтрак	Овощи по-сезону	80	0,88	0,16	3,04	9,60	ТК	8,85
	Гратен из печени	90	15,99	10,15	6,71	206,00	ТК	49,34
	Макароньы отварные с овощами	150	5,17	5,99	28,52	188,40	205-17	14,05
	Сок натуральный	180	0,90	0,00	18,18	76,32	389-17	18,72
	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70	ТК	2,77
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,20	0,20	9,00	42,00	ТК	2,00
	<b>Итого за рацион питания:</b>	<b>550</b>	<b>26,24</b>	<b>17,10</b>	<b>80,45</b>	<b>594,02</b>		<b>95,73</b>
Обед	Салат по-сезону	60	1,15	0,9	3,8	56	ТК	6,65
	Борщ с капустой и картофелем	200	1,60	4,16	4,16	84,8	110-04	13,67
	Рыба, запеченная с маслом (филе минтая) (90/5)	95	14,58	13,59	3,96	225,6	ТК	56,24
	Картофель отварной с луком	150	3,20	8,4	26,1	181,25	204-04	28,75
	Фрукты свежие	100	0,40	0,4	9,8	47	ТК	9,62
	Сок фруктовый	200	0,44	0,44	10,89	52,22	389-17	20,80
	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,8	20	95,6	ТК	3,70
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,80	0,3	13,5	63	ТК	3,01
<b>Итого за рацион питания:</b>	<b>875</b>	<b>25,97</b>	<b>28,99</b>	<b>92,21</b>	<b>805,47</b>		<b>142,44</b>	
Полдник	Бутерброд с сыром	60	11,9	16,4	41,6	183	ТК	31,11
	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107	382-17	16,97
	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	47	ТК	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>57,70</b>



«УТВЕРЖДЕНО»  
Руководитель оператора питания  
ФИО

«СОГЛАСОВАНО»  
Руководитель общеобразовательной организации  
ФИО

Ежедневное меню  
основного (организованного) питания

Возрастная категория питающихся: дети ОВЗ и дети инвалиды 12-18 лет

Дата 15.09.2023г.

Неделя по цикличному меню: 2

День по цикличному меню: 5

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	Цена в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы			
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Завтрак	Овощи по-сезону	100	1,10	0,20	3,80	12,00	ТК	11,06
	Гратен из печени	120	21,32	13,53	8,95	245,40	ТК	65,79
	Макаронные изделия отварные с овощами	180	6,20	7,19	34,22	226,08	205-17	16,87
	Сок натуральный	180	0,90	0,00	18,18	76,32	389-17	18,72
	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70	ТК	2,77
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,80	0,30	13,50	63,00	ТК	3,01
	<b>Итого за рацион питания:</b>	<b>640</b>	<b>33,42</b>	<b>21,82</b>	<b>93,65</b>	<b>694,50</b>		<b>118,22</b>
Обед	Салат по-сезону	100	0,75	6,02	2,35	77,7	ТК	13,47
	Борщ с капустой и картофелем	250	0,75	5,2	5,2	106	110-04	17,08
	Рыба, (минтай) запеченная с маслом (115/5)	120	19,39	13,29	5,19	256,8	ТК	71,05
	Пюре картофельное	180	3,84	6,24	23,76	167,28	54-11г-20	24,86
	Кофейный напиток	200	3,17	2,78	15,95	100,5	ТК	19,29
	Хлеб пшеничный	50	3,50	1	25	119,5	ТК	4,62
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,40	0,4	18	84	ТК	4,01
	<b>Итого за рацион питания:</b>	<b>940</b>	<b>33,80</b>	<b>34,93</b>	<b>95,45</b>	<b>911,78</b>		<b>154,38</b>
Полдник	Булочка творожная	100	13,08	6,06	38,68	300,00	440-17	25,24
	Сок натуральный	180	0,90	0,00	18,18	76,32	389-07, ТК	18,72
	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	ТК	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>53,58</b>

