

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"



Шевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации



Шевченко М. С.

Ежедневное меню основного (организованного) питания **

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

Дата: 24.05.2024

Неделя по цикличному меню: 2

День цикличному меню: 5

** очищенный картофель

| 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 | 80 | 0,88 | 0,16 | 3,04 | 10 | 71-17 | 9,67 | 12,57 |
| | Гратен из печени | 90 | 15,99 | 10,15 | 6,71 | 206 | ТК | 33,10 | 49,41 |
| | Макароны отварные с овощами | 150 | 5,17 | 5,99 | 28,52 | 188 | 205-17 | 8,32 | 12,47 |
| | Сок фруктовый | 180 | 0,90 | | 18,18 | 76 | 389-17,ТК | 14,40 | 18,72 |
| | 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 |
| | Итого за рацион питания : | 550 | 26,24 | 17,1 | 80,45 | 594 | | 69,72 | 98,25 |
| Обед | Морковь на корейский лад | 60 | 0,54 | 4,92 | 2,88 | 140 | 173, ТК | 8,82 | 11,47 |
| | Борщ с капустой белокочанной и картофелем | 200 | 1,60 | 4,16 | 4,16 | 84 | 110-04 | 8,50 | 12,72 |
| | Рыба, запеченная с маслом (горбуша) | 90/5 | 14,70 | 13,70 | 4,00 | 194 | ТК | 50,33 | 75,48 |
| | Картофель отварной с луком | 150 | 3,20 | 8,40 | 26,10 | 182 | 204-04 | 19,86 | 29,80 |
| | Фрукты (Яблоки) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47 | ТК | 7,40 | 9,62 |
| | Сок фруктовый | 200 | 1,00 | | 20,20 | 85 | 389-17,ТК | 16,00 | 20,80 |
| | 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 |
| Итого за рацион питания : | 875 | 26,04 | 32,68 | 100,64 | 891 | | 116,86 | 167,03 | |
| Полдник | Бутерброд с сыром | 60 | 11,90 | 16,40 | 41,60 | 183 | ТК | 21,28 | 31,21 |
| | Какао с молоком | 180 | 3,67 | 3,19 | 15,82 | 107 | 382-17 | 9,09 | 13,64 |
| | Фрукты(Апельсины) | 100 | 0,90 | 0,20 | 8,10 | 38 | 393-16 | 10,00 | 13,00 |
| | Итого за рацион питания : | 340 | 16,47 | 19,79 | 65,52 | 328 | | 40,37 | 57,85 |

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"

/Шевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

МБОУ
СОШ № 7

**Ежедневное меню
основного (организованного) питания**

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

Дата: 24.05.2024

Неделя по цикличному меню: 2

День цикличному меню: 5

** 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 | Огурцы свежие | 100 | 1,10 | 0,20 | 3,80 | 12 | 71-17 | 12,10 | 15,73 |
| | Гратен из печени | 120 | 21,32 | 13,53 | 8,95 | 245 | ТК | 44,01 | 65,66 |
| | Макароны отварные с овощами | 180 | 6,20 | 7,19 | 34,22 | 226 | 205-17 | 9,64 | 14,46 |
| | Сок фруктовый | 180 | 0,90 | | 18,18 | 76 | 389-17,ТК | 14,40 | 18,72 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,10 | 0,60 | 15,00 | 72 | ТК | 2,40 | 2,88 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 1,80 | 0,30 | 13,50 | 63 | ТК | 2,75 | 3,30 |
| | Итого за рацион питания : | 640 | 33,42 | 21,82 | 93,65 | 694 | | 85,30 | 120,75 |
| Обед | Морковь на корейский лад | 100 | 0,90 | 8,20 | 4,80 | 233 | 173, ТК | 14,70 | 19,11 |
| | Борщ с капустой белокочанной и картофелем | 250 | 2,00 | 5,20 | 5,20 | 106 | 110-04 | 10,62 | 15,92 |
| | Рыба, запеченная с маслом (горбуша) | 115/5 | 18,60 | 17,30 | 5,00 | 245 | ТК | 63,10 | 94,64 |
| | Картофельное пюре | 180 | 3,84 | 6,24 | 23,76 | 167 | 54-11 | 17,48 | 26,21 |
| | Кофейный напиток | 200 | 3,17 | 2,78 | 15,95 | 101 | ТК | 12,86 | 19,29 |
| | Хлеб пшеничный | 50 | 3,50 | 1,00 | 25,00 | 120 | ТК | 4,00 | 4,80 |
| | Хлеб ржаной | 40 | 2,40 | 0,40 | 18,00 | 84 | ТК | 3,67 | 4,40 |
| | Итого за рацион питания : | 940 | 34,41 | 41,12 | 97,71 | 1 056 | | 126,43 | 184,37 |
| Полдник | Булочка творожная | 100 | 13,08 | 6,06 | 38,68 | 300 | 440-17 | 17,03 | 25,53 |
| | Сок фруктовый | 180 | 0,90 | | 18,18 | 76 | 389-17,ТК | 14,40 | 18,72 |
| | Фрукты(Апельсины) | 100 | 0,90 | 0,20 | 8,10 | 38 | 393-16 | 10,00 | 13,00 |
| | Итого за рацион питания : | 380 | 14,88 | 6,26 | 64,96 | 414 | | 41,43 | 57,25 |



УТВЕРЖДЕНО



М Е Н Ю (выбор) **

24.05.2024

12 и старше (5-11кл.)

** очищенный картофель

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, г | Б, г | Ж, г | У, г | Энергетическая ценность, Ккал | Стоимость, руб. |
|--|-------------|---------|---------|---------|----------------------------------|-----------------|
| Салат | | 1,1 | 0,2 | 3,8 | 22 | 19,94 |
| 1 - Помидоры свежие | 100 | 1,10 | 0,20 | 3,80 | 22 | 19,94 |
| Основное | | 21,67 | 20,1 | 34,47 | 439 | 69,97 |
| 1 - Гратен из печени | 100 | 17,77 | 11,28 | 7,46 | 229 | 54,89 |
| 1 - Макароны отварные с маслом сливочным | 200 | 6,56 | 5,49 | 42,33 | 245 | 14,75 |
| 2 - Омлет натуральный | 180 | 16,73 | 29,80 | 3,17 | 348 | 70,14 |
| 3 - Котлета рубленая из мяса птицы | 100 | 18,20 | 8,40 | 13,40 | 202 | 50,79 |
| 3 - Каша гречневая рассыпчатая с маслом | 180 | 5,74 | 5,33 | 37,06 | 293 | 19,35 |
| Дополнение | | 4,62 | 1,07 | 43,25 | 198 | 9,84 |
| 1 - Чай с сахаром | 200 | 0,07 | 0,02 | 10,00 | 40 | 2,63 |
| 1 - Хлеб пшеничный | 35 | 2,45 | 0,70 | 17,50 | 84 | 3,36 |
| 1 - Хлеб ржаной | 35 | 2,10 | 0,35 | 15,75 | 74 | 3,85 |
| | | 27,39 | 21,37 | 81,52 | 659 | 99,75 |

Принял:

Заведующий
производством

должность

подпись

расшифровка подписи