

«УТВЕРЖДЕНО»

Директор 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: 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	№ рецептуры	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>



СОГЛАСОВАНО

Руководитель организации



УТВЕРЖДЕНО

Директор

Шевченко М. С. /

## М Е Н Ю (выбор)

05.10.2023

12 и старше (5-11кл.).

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, г	Б, г	Ж, г	У, г	Энергетическая ценность, Ккал	Стоимость, руб.
<b>Салат</b>		<b>1,67</b>	<b>3,47</b>	<b>5,12</b>	<b>59</b>	<b>14,25</b>
1 - Салат из свежих помидоров	100	1,08	4,57	3,49	60	14,54
2 - Салат из свеклы с сыром	90	2,74	5,73	6,75	90	14,21
3 - Огурцы свежие порция	40	0,28	0,04	0,76	5	4,42
3 - Перец болгарский свежий порция	30	0,39	0,03	1,59	8	6,58
3 - Морковные палочки	40	0,52	0,04	2,76	14	3,00
<b>Основное</b>		<b>14,49</b>	<b>21,7</b>	<b>20,54</b>	<b>298,33</b>	<b>76,52</b>
1 - Вок "Курица с рисом и овощами"	160	8,96	16,48	29,92	229	76,45
2 - Омлет с овощами и маслом сливочным	200	20,22	29,78	5,78	353	67,18
2 - Сыр порционно	10	2,32	2,95		36	9,44
3 - Котлеты, биточки, шницели из говядины	90	8,44	12,38	7,32	157	69,74
3 - Каша пшеничная вязкая	130	3,53	3,52	18,61	120	6,74
<b>Дополнение</b>		<b>26,05</b>	<b>5,49</b>	<b>81,34</b>	<b>426</b>	<b>32,23</b>
1 - Кисель из вишни	200	18,00	0,14	23,94	117	12,28
1 - Кондитерские изделия (печенье 30гр)	30	2,50	4,00	21,00	130	12,57
1 - Лаваш Кубанский школьный	35	3,15	0,95	18,40	95	3,37
1 - Хлеб ржаной	40	2,40	0,40	18,00	84	4,01
		<b>42,21</b>	<b>30,66</b>	<b>107,00</b>	<b>783,33</b>	<b>123,00</b>

Принял:

Заведующий  
производством

должность

подпись

расшифровка подписи