

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"

Шевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

ДИРЕКТОР  
МБОУ ГИМНАЗИЯ 88  
СМОЛОНСКАЯ. М.В

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

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

Дата: 22.11.2023

Неделя по цикличному меню: 1

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    | Сыр порционно                       | 10               | 2,32                    | 2,95         |               | 36                            | 015-17      | 6,29                              | 9,44                |
|            | Пудинг из творога со сметаной       | 205              | 23,90                   | 28,27        | 40,57         | 621                           | 362-04      | 71,37                             | 107,04              |
|            | 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                      | 30               | 2,10                    | 0,60         | 15,00         | 72                            | ТК          | 2,31                              | 2,77                |
|            | Хлеб ржаной                         | 30               | 1,80                    | 0,30         | 13,50         | 63                            | ТК          | 2,51                              | 3,01                |
|            | <b>Итого за рацион питания :</b>    | <b>575</b>       | <b>35,96</b>            | <b>36,87</b> | <b>85,27</b>  | <b>922</b>                    |             | <b>104,99</b>                     | <b>151,52</b>       |
| Обед       | Суп картофельный с горохом          | 250              | 5,75                    | 5,60         | 22,30         | 167                           | 139-4       | 9,25                              | 13,88               |
|            | Шницель рыбный натуральный с маслом | 105              | 13,02                   | 14,51        | 7,98          | 230                           | 235-17      | 42,03                             | 63,03               |
|            | Картофель отварной                  | 180              | 3,60                    | 9,18         | 28,62         | 218                           | 518-04      | 16,32                             | 24,47               |
|            | Какао с молоком                     | 200              | 3,54                    | 3,43         | 23,82         | 140                           | ТК          | 12,57                             | 18,87               |
|            | 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                         | 50               | 3,00                    | 0,50         | 22,50         | 105                           | ТК          | 4,18                              | 5,01                |
|            | <b>Итого за рацион питания :</b>    | <b>935</b>       | <b>32,79</b>            | <b>34,57</b> | <b>139,14</b> | <b>1 020</b>                  |             | <b>95,60</b>                      | <b>139,50</b>       |
| Полдник    | Ватрушка с творогом                 | 100              | 11,29                   | 7,01         | 38,10         | 261                           | 410-17      | 18,72                             | 28,07               |
|            | Ряженка порционно                   | 250              | 6,83                    | 5,50         | 9,55          | 115                           | 386-17,ТК   | 30,27                             | 39,36               |
|            | <b>Итого за рацион питания :</b>    | <b>350</b>       | <b>18,12</b>            | <b>12,51</b> | <b>47,65</b>  | <b>376</b>                    |             | <b>48,99</b>                      | <b>67,43</b>        |

СОГЛАСОВАНО

Руководитель организации



УТВЕРЖДЕНО

Директор

/ Шевченко М. С. /

## М Е Н Ю (выбор)\*

22.11.2023

12 и старше (5-11кл.)

\*овощи очищенные

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА                          | ВЫХОД,<br>г | Б,<br>г      | Ж,<br>г      | У,<br>г      | Энергетическая<br>ценность, Ккал | Стоимость, руб. |
|---|-------------|--------------|--------------|--------------|----------------------------------|-----------------|
| <b>Салат</b>                                |             | <b>5,38</b>  | <b>9,42</b>  | <b>2,03</b>  | <b>113,67</b>                    | <b>18,86</b>    |
| 1 - Сыр порционнo                           | 20          | 4,64         | 5,90         |              | 72                               | 18,88           |
| 2 - Салат из моркови с сыром                | 98          | 10,58        | 22,25        | 4,12         | 257                              | 18,78           |
| 3 - Огурцы соленые                          | 115         | 0,92         | 0,12         | 1,96         | 12                               | 18,91           |
| <b>Основное</b>                             |             | <b>16,39</b> | <b>12,62</b> | <b>27,69</b> | <b>303,67</b>                    | <b>76,45</b>    |
| 1 - Пудинг из творога с джемом              | 140/15      | 11,66        | 13,79        | 19,79        | 303                              | 76,32           |
| 2 - Котлеты "Московские"                    | 80          | 12,72        | 11,52        | 12,80        | 190                              | 65,05           |
| 2 - Каша пшеничная рассыпчатая              | 175         | 3,33         | 2,63         | 18,43        | 119                              | 11,56           |
| 3 - Рыба, запеченная с картофелем по-русски | 273         | 21,47        | 9,91         | 31,05        | 299                              | 76,42           |
| <b>Дополнение</b>                           |             | <b>6,1</b>   | <b>5,08</b>  | <b>61,64</b> | <b>313</b>                       | <b>27,69</b>    |
| 1 - Чай с сахаром                           | 200         | 0,07         | 0,02         | 10,00        | 40                               | 2,72            |
| 1 - Хлеб пшеничный                          | 29          | 2,03         | 0,58         | 14,50        | 69                               | 2,70            |
| 1 - Хлеб ржаной                             | 20          | 1,20         | 0,20         | 9,00         | 42                               | 2,00            |
| 1 - Кондитерские изделия (печенье 30гр)     | 30          | 2,50         | 4,00         | 21,00        | 130                              | 12,57           |
| 1 - Фрукты (яблоки)                         | 80          | 0,30         | 0,28         | 7,14         | 32                               | 7,70            |
|   |             | <b>27,87</b> | <b>27,12</b> | <b>91,36</b> | <b>730,34</b>                    | <b>123,00</b>   |

Принял:

Заведующий  
производством

должность

подпись

расшифровка подписи