



СОГЛАСОВАНО

Руководитель организации

МАОУ
СОШ
№38



УТВЕРЖДЕНО
ДИРЕКТОР

«ШКОЛЬНАЯ»
Шевченко М. С. /

М Е Н Ю (выбор) **

01.12.2023

12 и старше (5-11кл).

** очищенный картофель

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, г	Б, г	Ж, г	У, г	Энергетическая ценность, Ккал	Стоимость, руб.
Салат		5,35	11,21	4,12	141	20,70
1 - Салат из квашеной капусты	120	1,00	6,04	2,21	67	20,78
2 - Горошек консервированный	70	2,10	0,35	5,11	41	20,85
3 - Салат из моркови с сыром	120	12,96	27,24	5,04	315	20,46
Основное		24,17	21,23	32,92	427,33	84,32
1 - Гратен из печени	123	21,85	13,87	9,17	282	67,48
1 - Макароны отварные с овощами	180	6,21	7,19	34,23	226	16,87
2 - Омлет с сыром запеченый	200	21,55	24,92	3,61	325	84,46
3 - Котлета рубленая из куриного филе	100	18,20	8,40	13,40	202	55,80
3 - Ризотто с овощами	175	4,71	9,31	38,36	247	28,36
Дополнение		4,05	1,22	45,17	205	17,98
1 - Чай с сахаром	200	0,07	0,02	10,00	40	2,72
1 - Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	72	2,89
1 - Хлеб ржаной	25	1,50	0,25	11,25	53	2,75
1 - Фрукты (яблоки)	100	0,38	0,35	8,92	40	9,62
		33,57	33,66	82,21	773,33	123,00

Принял:

Заведующий
производством
должность

[Подпись]
подпись

[Подпись]
расшифровка подписи

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"

Шевченко М. С.



Руководитель общеобразовательной организации

Муромова Е. В.



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

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

Дата: 01.12.2023

Неделя по циклическому меню: 2

День циклическому 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	Морковные палочки	100	1,30	0,10	6,90	35	ТК	5,00	7,50
	Гратен из печени	120	21,32	13,53	8,95	275	ТК	44,11	65,85
	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	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	33,41	21,72	97,09	748		79,91	115,12
Обед	Салат из соленых огурцов с луком	100	0,82	5,03	1,83	56	21-17	12,97	17,11
	Борщ с капустой белокочанной и картофелем	250	2,00	5,20	5,20	106	110-04	11,36	17,03
	Рыба, запеченная с маслом	120	18,42	17,17	5,00	285	ТК	59,72	89,58
	Картофельное пюре	180	3,84	6,24	23,76	167	54-11г-20,ТК	17,40	26,11
	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	34,15	37,82	94,74	919		121,98	178,32
Полдник	Булочка творожная	100	6,54	3,03	19,34	150	440-17	17,03	25,55
	Сок фруктовый	180	0,68		18,51	77	389-17,ТК	14,40	18,72
	Фрукты (яблоки)	100	0,38	0,35	8,92	40	ТК	7,40	9,62
	Итого за рацион питания :	380	7,6	3,38	46,77	267		38,83	53,89

Зав пр-ом *Дол Танкова А. С.*

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"

Щевченко М. С.

Руководитель общеобразовательной организации

«СОГЛАСОВАНО»



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

Возрастная категория обучающихся - 11 лет, ОВЗ, дети-инвалиды

Дата: 01.12.2023

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	Морковные палочки	80	1,04	0,08	5,52	28	ТК	4,00	6,00
	Гратен из печени	90	15,99	10,15	6,71	206	ТК	33,10	49,38
	Макароны отварные с овощами	150	5,17	5,99	28,52	188	205-17	9,37	14,05
	Сок фруктовый	180	0,68		18,51	77	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	26,18	17,02	83,26	613		65,10	93,23
Обед	Салат из соленых огурцов с луком	60	0,49	3,02	1,10	34	21-17	7,78	10,28
	Борщ с капустой белокочанной и картофелем	200	1,60	4,16	4,16	84	110-04	9,10	13,62
	Рыба, запеченная с маслом	95	14,58	13,59	3,96	226	ТК	47,27	70,91
	Картофель отварной с луком	150	3,20	8,40	26,10	181	204-04	19,81	29,72
	Фрукты (яблоки)	100	0,38	0,35	8,92	40	ТК	7,40	9,62
	Сок фруктовый	200	0,76		20,57	86	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	25,61	30,62	98,31	810		113,31	162,09
Полдник	Бутерброд с сыром	60	11,90	16,40	41,60	183	ТК	21,29	31,22
	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
	Итого за рацион питания :	340	15,47	19,84	71,96	349		40,01	57,81

Зав пр-ом Д.Ф. Тамкова А.С.