

«УТВЕРЖДЕНО»

Директор АНО «Школьное питание»



ЛШевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации



### Ежедневное меню основного (организованного) питания

Возрастная категория питающихся: 12 и старше, ОВЗ, инвалиды

Дата: 28.09.2023

Неделя по циклическому меню: 2

День циклическому 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	Котлета "Школьная" 1	105	15,44	12,24	13,34	255	347-18	52,11	77,80
	Каша пшеничная рассыпчатая с овощами	180	7,20	1,26	50,40	225	ТК	9,10	13,64
	Чай с сахаром ( ТТК)	200	0,07	0,02	10,00	40	ТК	1,82	2,72
	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>645</b>	<b>26,99</b>	<b>14,77</b>	<b>111,16</b>	<b>695</b>		<b>75,25</b>	<b>109,56</b>
Обед	Сыр порционнo	20	4,64	5,90		72	015-17	12,59	18,88
	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250	13,50	7,75	0,75	155	137-04	40,17	60,26
	Пудинг из творога со сметаной	200	23,32	27,58	39,58	605	362-04	69,19	103,82
	Сок фруктовый	180	0,68		18,51	77	389-17,ТК	14,40	18,72
	Фрукты (яблoчки)	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	40	2,40	0,40	18,00	84	ТК	3,34	4,01
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>840</b>	<b>48,42</b>	<b>42,98</b>	<b>110,76</b>	<b>1 153</b>		<b>150,94</b>	<b>219,93</b>
Полдник	Пирожки печеные из дрожжевого теста с печенью	100	15,57	10,72	29,97	280	406-17	27,08	40,64
	Кисель из вишни	200	18,00	0,14	23,94	117	350-17,ТК	8,19	12,28
	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>33,95</b>	<b>11,21</b>	<b>62,83</b>	<b>437</b>		<b>42,67</b>	<b>62,54</b>



## М Е Н Ю (выбор)

**28.09.2023**

**12 и старше (5-11кл).**

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, г	Б. г	Ж. г	У. г	Энергетическая ценность, Ккал	Стоимость, руб.
<b>Салат</b>						<b>16,33</b>
1 - Помидоры свежие порция	135	1,49	0,27	5,13	30	16,53
2 - Салат из свежих огурцов	125	1,02	3,32	3,10	46	16,40
3 - Сыр порционно	17	3,94	5,02		61	16,05
<b>Основное</b>						<b>80,37</b>
1 - Котлета "Школьная"	95	13,97	11,08	12,07	231	68,63
1 - Каша пшеничная рассыпчатая	180	3,42	2,70	19,98	122	11,88
2 - Пудинг из творога со сметаной	155	18,07	21,37	30,67	469	80,44
3 - Нагетсы куриные	75	5,48	5,70	23,87	175	68,74
3 - Макароны отварные с маслом	155	5,08	4,26	32,81	190	11,42
<b>Дополнение</b>						<b>26,30</b>
1 - Кофейный напиток 1	200	3,17	2,78	15,95	101	19,29
1 - Хлеб пшеничный	35	2,45	0,70	17,50	84	3,00
1 - Хлеб ржаной	40	2,40	0,40	18,00	84	4,01
		60,49	57,60	179,08	1 593	123,00

Принял:

Заведующий  
производством  
должность

подпись

расшифровка подписи



**Ежедневное меню  
 основного (организованного) питания**

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

Дата: 28.09.2023

Неделя по циклическому меню: 2

День циклическому 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	Помидоры свежие порция	60	0,66	0,12	2,28	13	ТК	5,65	7,35
	Котлета "Школьная" 1	105	15,44	12,24	13,34	255	347-18	52,11	77,80
	Каша пшеничная рассыпчатая с овощами	150	6,00	1,05	42,00	188	ТК	7,57	11,35
	Чай с сахаром ( ТТК)	200	0,07	0,02	10,00	40	ТК	1,82	2,72
	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	72	ТК	2,31	2,77
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42	ТК	1,67	2,00
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>565</b>	<b>25,47</b>	<b>14,23</b>	<b>91,62</b>	<b>610</b>		<b>71,13</b>	<b>103,99</b>
Обед	Сыр порционно	25	5,80	7,38		90	015-17	15,74	23,60
	Суп картофельный с мясными фрикадельками	225	12,15	6,98	0,68	140	137-04	36,15	54,23
	Пудинг из творога со сметаной	160	18,66	22,06	31,66	484	362-04	55,38	83,03
	Кофейный напиток 1	200	3,17	2,78	15,95	101	ТК	12,86	19,29
	Фрукты (яблоки)	100	0,38	0,35	8,92	40	ТК	7,40	9,62
	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	96	ТК	3,08	3,70
	Хлеб ржаной	30	1,80	0,30	13,50	63	ТК	2,51	3,01
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>780</b>	<b>44,76</b>	<b>40,65</b>	<b>90,71</b>	<b>1 014</b>		<b>133,12</b>	<b>196,48</b>
Полдник	Пирожки печеные из дрожжевого теста с печенью	100	15,57	10,72	29,97	280	406-17	27,08	40,64
	Кисель из вишни	200	18,00	0,14	23,94	117	350-17,ТК	8,19	12,28
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>300</b>	<b>33,57</b>	<b>10,86</b>	<b>53,91</b>	<b>397</b>		<b>35,27</b>	<b>52,92</b>