

«УТВЕРЖДЕНО»  
Директор АНО «Школьное питание»

/Шевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»  
Руководитель общеобразовательной организации

*М.П. Шевченко*



**Ежедневное меню  
основного (организованного) питания**

Возрастная категория питающихся: 12 и старше, ОВЗ, инвалиды

Дата: 30.09.2023

Неделя по цикличному меню: 2

День цикличному меню: 6

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	Салат из моркови с сухофруктами 100	100	1,36	4,47	11,58	92	№76, стр.39	9,27	13,89
	Пудинг из творога со сметаной	205	23,90	28,27	40,57	621	362-04	70,95	106,41
	Хлеб ржаной	25	1,50	0,25	11,25	53	ТК	2,09	2,51
	Хлеб пшеничный	35	2,45	0,70	17,50	84	ТК	2,70	3,23
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,09		17,00	68	№495, стр.299	6,83	10,24
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>565</b>	<b>29,3</b>	<b>33,69</b>	<b>97,9</b>	<b>918</b>		<b>91,84</b>	<b>136,28</b>
Обед	Огурцы свежие порция	100	0,70	0,10	1,90	12	ТК	8,51	11,06
	Суп с лапшой(М)	250	0,33	3,33	1,68	38	280 стр.151	3,25	4,87
	Жаркое по-домашнему 300г	300	25,76	29,64	29,07	486	№504, стр.291	107,92	161,87
	Чай с сахаром ( ТТК)	200	0,07	0,02	10,00	40	ТК	1,82	2,72
	Хлеб пшеничный	28	1,96	0,56	14,00	67	ТК	2,16	2,59
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42	ТК	1,67	2,00
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>898</b>	<b>30,02</b>	<b>33,85</b>	<b>65,65</b>	<b>685</b>		<b>125,33</b>	<b>185,11</b>
Полдник	Фрукты (яблоки)	160	0,61	0,56	14,27	64	ТК	11,84	15,39
	Сок фруктовый	200	0,76		20,57	86	389-17,ТК	16,00	20,80
	Булочка творожная	150	9,81	4,55	29,01	225	440-17	25,24	37,87
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>510</b>	<b>11,18</b>	<b>5,11</b>	<b>63,85</b>	<b>375</b>		<b>53,08</b>	<b>74,06</b>



Шевченко М. С. /

## М Е Н Ю (выбор)

**30.09.2023**

**12 и старше (5-11кл).**

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, г	Б. г	Ж. г	У. г	Энергетическая ценность, Ккал	Стоимость, руб.
<b>Салат</b>						<b>6,64</b>
1 - Огурцы свежие порция	60	0,42	0,06	1,14	7	6,64
<b>Основное</b>						<b>94,52</b>
1 - Плов из говядины	150	16,20	15,90	28,30	263	94,52
<b>Дополнение</b>						<b>21,84</b>
1 - Сок фруктовый	150	0,57		15,42	64	15,60
1 - Хлеб пшеничный	35	2,45	0,70	17,50	84	3,23
1 - Хлеб ржаной	30	1,80	0,30	13,50	63	3,01
		21,44	16,96	75,86	481	123,00

Принял:

Заведующий  
производством

\_\_\_\_\_

должность

\_\_\_\_\_

подпись

\_\_\_\_\_

расшифровка подписи