



## М Е Н Ю (выбор)

**25.09.2024**

**12 и старше (5-11кл.)**

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, г	Б, г	Ж, г	У, г	Энергетическая ценность, Ккал	Стоимость, руб.		
						продукт. набор	услуга	ИТОГО
<b>Салат</b>		<b>0,83</b>	<b>0,17</b>	<b>2,5</b>	<b>14</b>	<b>11,73</b>	<b>3,52</b>	<b>15,25</b>
1 - Овощи в нарезке (огурец свежий)	100	0,83	0,17	2,50	14	11,73	3,52	15,25
<b>Основное</b>		<b>18,74</b>	<b>23,75</b>	<b>48,5</b>	<b>469</b>	<b>73,45</b>	<b>34,20</b>	<b>107,65</b>
1 - Котлета говяжья	100	15,00	22,00	13,02	313	57,38	26,42	83,80
1 - Картофель по-деревенски	180	4,91	5,66	38,71	225	15,72	7,88	23,60
2 - Гуляш из говядины (50/50)	100	13,36	14,08	3,27	164	58,82	26,62	85,44
2 - Рис припущенный	180	4,20	5,76	42,00	236	14,98	7,48	22,46
<b>Дополнение</b>		<b>3,5</b>	<b>0,8</b>	<b>30,5</b>	<b>141</b>	<b>6,08</b>	<b>1,57</b>	<b>7,65</b>
1 - Чай с сахаром	200	0,20		6,50	27	1,19	0,60	1,79
1 - Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	72	2,77	0,55	3,32
1 - Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42	2,12	0,42	2,54
<b>Итого :</b>		<b>23,07</b>	<b>24,72</b>	<b>81,50</b>	<b>624</b>	<b>91,28</b>	<b>39,29</b>	<b>130,55</b>

Принял:

Заведующий  
производством  
должность

подпись

расшифровка подписи



«УТВЕРЖДЕНО»  
Руководитель АНО «Школьное питание»

Шевченко М. С.



Руководитель общеобразовательной организации

Муромова Н. В.

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

Возраст обучающихся: 12 и старше в том числе: ОБЗ, дети-инвалиды, дети из многодетных семей, дети-сироты, участники СВО

Дата: 25.09.2024

Неделя по циклическому меню: 2

День циклическому меню: 3

\*\* оптимальный вариант.

Примечание	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 твердых сортов в нарезке	15	3,50	4,40		54	54-1з-2022	10,60	15,90
	Запеканка "Маковая неженка" с джемом 200(180/20)	200	12,75	9,72	40,07	410	ТК № 3/9	80,68	121,04
	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	119	382-2017	12,04	18,04
	Хлеб пшеничный	35	2,45	0,70	17,50	84	пром.5	3,23	3,87
	Фрукты свежие (Нектарины)	100	0,09	0,20	8,10	43	Пром.	14,50	18,85
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>550</b>	<b>22,87</b>	<b>18,56</b>	<b>83,25</b>	<b>710</b>		<b>121,05</b>	<b>177,70</b>
Обед	Овощи в нарезке (огурец свежий)	100	0,83	0,17	2,50	14	54-2з-2022	11,73	15,25
	Суп гороховый	250	5,30	5,02	19,90	146	54-8с-2022	7,23	10,83
	Гуляш из говядины (60/60)	120	16,03	16,90	3,92	197	54-2м, № 246-17	70,56	105,86
	Рис припущенный	180	4,20	5,76	42,00	236	54-7г-2022	14,98	22,46
	Компот из яблок и вишни	200	0,20	0,10	10,20	43	54-5хн-2022	9,33	13,64
	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	96	Пром. 5	3,69	4,43
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42	Пром.2	2,12	2,54
	Кондитерские изделия (пряники)	25	0,55	0,41	6,82	130	Пром.	8,90	11,57
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>935</b>	<b>31,11</b>	<b>29,36</b>	<b>114,34</b>	<b>904</b>		<b>128,54</b>	<b>186,58</b>
Полдник	Пирожок печеный с картофелем	100	6,19	6,70	36,69	232	406-2017	7,99	11,96
	Кофейный напиток с молоком	180	2,84	2,41	14,36	91	379-2017	10,18	15,26
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.3	7,40	9,62
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>380</b>	<b>9,43</b>	<b>9,51</b>	<b>60,85</b>	<b>370</b>		<b>25,57</b>	<b>36,84</b>
<b>ВСЕГО :</b>		<b>1 865</b>	<b>63,41</b>	<b>57,43</b>	<b>258,44</b>	<b>1 984</b>		<b>275,16</b>	<b>401,12</b>

Зав. производством Р. Танкова А.С.



Щенченко М. С.

Руководитель общеобразовательной организации

*Мужикова Е. В.*



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

Возраст, категория: 7 - 11 лет в том числе: ОВЗ, дети-инвалиды

Дата: 25.09.2024

Неделя по циклическому меню: 2

День циклическому меню: 3

\*\* оцифрованный картофель

Прим. пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептур	Цена продуктового набора в рублях	Цена всего в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы				
Завтрак	Сыр твердых сортов в нарезке	15	3,50	4,40		54	54-13-2022	10,60	15,90
	Запеканка "Маковая неженка" со сгущенным молоком 140/15	155	10,13	7,80	28,00	326	ТК № 3/9	63,70	95,53
	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	119	382-2017	12,04	18,04
	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	72	Пром.1	2,77	3,32
	Фрукты свежие (Нектарины)	100	0,09	0,20	8,10	43	Пром.	14,50	18,85
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>500</b>	<b>19,9</b>	<b>16,54</b>	<b>68,68</b>	<b>614</b>		<b>103,61</b>	<b>151,64</b>
Обед	Овощи в нарезке (огурец свежий)	60	0,50	0,10	1,50	9	54-23-2022	7,04	9,15
	Суп гороховый	200	4,24	4,02	15,92	117	54-8с-2022	5,82	8,73
	Гуляш из говядины (50/50)	100	13,36	14,08	3,27	164	54-2м, № 246-17	58,82	88,21
	Рис припущенный	150	3,50	4,80	33,71	197	54-7г-2022	12,47	18,72
	Компот из яблок и вишни	180	0,18	0,09	9,18	39	54-5хн-2022	8,40	12,27
	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	96	Пром. 5	3,69	4,43
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42	Пром.2	2,12	2,54
	Кондитерские изделия (пряники)	25	0,55	0,41	6,82	130	Пром.	8,90	11,57
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>775</b>	<b>26,33</b>	<b>24,5</b>	<b>99,4</b>	<b>794</b>		<b>107,26</b>	<b>155,62</b>
Полдник	Пирожок печеный с картофелем	75	4,64	5,03	27,52	174	406-2017	5,97	8,97
	Кофейный напиток с молоком	180	2,84	2,41	14,36	91	379-2017	10,18	15,26
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.3	7,40	9,62
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>355</b>	<b>7,88</b>	<b>7,84</b>	<b>51,68</b>	<b>312</b>		<b>23,55</b>	<b>33,85</b>
<b>ВСЕГО :</b>	<b>1 630</b>	<b>54,11</b>	<b>48,88</b>	<b>219,76</b>	<b>1 720</b>		<b>234,42</b>	<b>341,11</b>	

Зав. производством *Р. Таикова А.С.*