

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"

Шевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

/

Ежедневное меню основного (организованного) питания **

Возрастная категория питающихся: 7 - 11 лет , ОБЗ, дети-инвалиды

Дата: 22.12.2023

Неделя по цикличному меню: 1

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 | Огурцы соленые | 100 | 0,80 | 0,10 | 1,70 | 10 | 70-17 | 12,65 | 16,45 |
| | Рыба, запеченная с маслом | 95 | 14,58 | 13,59 | 3,96 | 226 | ТК | 47,27 | 70,91 |
| | Картофельное пюре | 160 | 3,41 | 5,55 | 21,12 | 149 | 54-11г-20, ТК | 15,47 | 23,22 |
| | 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 : | 585 | 22,77 | 20,04 | 69,29 | 576 | | 94,02 | 134,38 |
| Обед | Сыр порционно | 20 | 4,64 | 5,90 | | 72 | 015-17 | 12,59 | 18,88 |
| | Суп картофельный с крупой пшеничной | 200 | 1,68 | 2,24 | 15,28 | 114 | 138-04 | 6,43 | 9,64 |
| | Запеканка из творога с курагой со сметаной | 155 | 7,25 | 6,61 | 97,68 | 403 | ТК | 58,17 | 87,28 |
| | Чай с сахаром и лимоном | 200 | 0,13 | | 10,20 | 42 | ТК | 2,44 | 3,65 |
| | 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 | 3,20 | 3,84 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1,20 | 0,20 | 9,00 | 42 | ТК | 1,83 | 2,20 |
| Итого за рацион питания : | 735 | 18,08 | 16,1 | 161,08 | 809 | | 92,06 | 135,11 | |
| Полдник | Пирожки печеные из дрожжевого теста с картофелем | 100 | 6,03 | 7,60 | 36,90 | 240 | 405,406,467-17 | 7,96 | 11,92 |
| | Компот из вишни | 200 | 0,20 | | 32,50 | 126 | 342-17,ТК | 9,37 | 14,05 |
| | Итого за рацион питания : | 300 | 6,23 | 7,6 | 69,4 | 366 | | 17,33 | 25,97 |