

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"

/Шевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

/

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

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

Дата: 24.05.2024

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    | Огурцы свежие                             | 100              | 1,10                    | 0,20         | 3,80         | 12                            | 71-17       | 12,10                             | 15,73               |
|            | Гратен из печени                          | 120              | 21,32                   | 13,53        | 8,95         | 245                           | ТК          | 44,01                             | 65,66               |
|            | Макароны отварные с овощами               | 180              | 6,20                    | 7,19         | 34,22        | 226                           | 205-17      | 9,64                              | 14,46               |
|            | Сок фруктовый                             | 180              | 0,90                    |              | 18,18        | 76                            | 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                |
|            | <b>Итого за рацион питания :</b>          | <b>640</b>       | <b>33,42</b>            | <b>21,82</b> | <b>93,65</b> | <b>694</b>                    |             | <b>85,30</b>                      | <b>120,75</b>       |
| Обед       | Морковь на корейский лад                  | 100              | 0,90                    | 8,20         | 4,80         | 233                           | 173, ТК     | 14,70                             | 19,11               |
|            | Борщ с капустой белокочанной и картофелем | 250              | 2,00                    | 5,20         | 5,20         | 106                           | 110-04      | 10,62                             | 15,92               |
|            | Рыба, запеченная с маслом (горбуша)       | 115/5            | 18,60                   | 17,30        | 5,00         | 245                           | ТК          | 63,10                             | 94,64               |
|            | Картофельное пюре                         | 180              | 3,84                    | 6,24         | 23,76        | 167                           | 54-11       | 17,48                             | 26,21               |
|            | 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                |
|            | <b>Итого за рацион питания :</b>          | <b>940</b>       | <b>34,41</b>            | <b>41,12</b> | <b>97,71</b> | <b>1 056</b>                  |             | <b>126,43</b>                     | <b>184,37</b>       |
| Полдник    | Булочка творожная                         | 100              | 13,08                   | 6,06         | 38,68        | 300                           | 440-17      | 17,03                             | 25,53               |
|            | Сок фруктовый                             | 180              | 0,90                    |              | 18,18        | 76                            | 389-17,ТК   | 14,40                             | 18,72               |
|            | Фрукты(Апельсины)                         | 100              | 0,90                    | 0,20         | 8,10         | 38                            | 393-16      | 10,00                             | 13,00               |
|            | <b>Итого за рацион питания :</b>          | <b>380</b>       | <b>14,88</b>            | <b>6,26</b>  | <b>64,96</b> | <b>414</b>                    |             | <b>41,43</b>                      | <b>57,25</b>        |