

«УТВЕРЖДЕНО»  
Руководитель АНО "Школьное питание"



/Шевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

/

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

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

Дата: 14.11.2023

Неделя по цикличному меню: 2

День цикличному меню: 1

\*\*картофель очищенный

| 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 квашеной капусты с зеленым горошком     | 100              | 2,30                    | 3,10         | 7,00          | 61                            | ТК          | 15,45                             | 20,36               |
|            | Рагу из филе птицы                               | 200              | 17,87                   | 9,81         | 20,40         | 226                           | 210-03,ТК   | 55,58                             | 83,38               |
|            | Какао с молоком                                  | 180              | 3,19                    | 3,09         | 21,44         | 126                           | ТК          | 11,32                             | 16,97               |
|            | Кондитерские изделия (пряники 25гр)              | 25               | 0,55                    | 0,41         | 6,82          | 33                            | ТК          | 8,90                              | 11,57               |
|            | Хлеб пшеничный                                   | 50               | 3,50                    | 1,00         | 25,00         | 120                           | ТК          | 3,85                              | 4,62                |
|            | Хлеб ржаной                                      | 30               | 1,80                    | 0,30         | 13,50         | 63                            | ТК          | 2,51                              | 3,01                |
|            | <b>Итого за рацион питания :</b>                 | <b>585</b>       | <b>29,21</b>            | <b>17,71</b> | <b>94,16</b>  | <b>629</b>                    |             | <b>97,61</b>                      | <b>139,91</b>       |
| Обед       | Кукуруза консервированная                        | 100              | 2,00                    | 0,80         | 12,20         | 61                            | 173-17      | 31,21                             | 40,57               |
|            | Борщ из свежей капусты                           | 250              | 1,58                    | 4,38         | 6,25          | 71                            | 93-18       | 8,02                              | 12,03               |
|            | Плов из говядины                                 | 200              | 21,60                   | 21,20        | 37,74         | 350                           | 443-04,ТК   | 74,93                             | 112,41              |
|            | Кисель из вишни                                  | 200              | 18,00                   | 0,14         | 23,94         | 117                           | 350-17,ТК   | 8,19                              | 12,28               |
|            | Кондитерские изделия (печенье 30гр)              | 30               | 2,50                    | 4,00         | 21,00         | 130                           | ТК          | 9,67                              | 12,57               |
|            | Фрукты (яблоки)                                  | 100              | 0,38                    | 0,35         | 8,92          | 40                            | ТК          | 7,40                              | 9,62                |
|            | Хлеб пшеничный                                   | 60               | 4,20                    | 1,20         | 30,00         | 143                           | ТК          | 4,62                              | 5,54                |
|            | Хлеб ржаной                                      | 40               | 2,40                    | 0,40         | 18,00         | 84                            | ТК          | 3,34                              | 4,01                |
|            | <b>Итого за рацион питания :</b>                 | <b>980</b>       | <b>52,66</b>            | <b>32,47</b> | <b>158,05</b> | <b>996</b>                    |             | <b>147,38</b>                     | <b>209,03</b>       |
| Полдник    | Пирожки печеные из дрожжевого теста с картофелем | 150              | 9,05                    | 11,40        | 55,35         | 360                           | 406-17      | 14,40                             | 21,60               |
|            | Чай с сахаром                                    | 200              | 0,07                    | 0,02         | 10,00         | 40                            | ТК          | 1,82                              | 2,72                |
|            | <b>Итого за рацион питания :</b>                 | <b>350</b>       | <b>9,12</b>             | <b>11,42</b> | <b>65,35</b>  | <b>400</b>                    |             | <b>16,22</b>                      | <b>24,32</b>        |