

«УТВЕРЖДЕНО»  
Руководитель АНО «Школьное питание»

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

Шевченко М. С.

/

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

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

Дата: 22.11.2023

Неделя по цикличному меню: 1

День цикличному меню: 3

\*\*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    | Сыр порционно                       | 20               | 4,64                    | 5,90         |               | 72                            | 015-17      | 12,59                             | 18,88               |
|            | Пудинг из творога со сметаной       | 150              | 17,49                   | 20,69        | 29,69         | 454                           | 362-04      | 52,20                             | 78,33               |
|            | Кефир порционно                     | 180              | 4,91                    | 3,96         | 6,55          | 81                            | 386-17,ТК   | 13,60                             | 17,68               |
|            | Фрукты (яблоки)                     | 100              | 0,38                    | 0,35         | 8,92          | 40                            | ТК          | 7,40                              | 9,62                |
|            | Хлеб пшеничный                      | 30               | 2,10                    | 0,60         | 15,00         | 72                            | ТК          | 2,31                              | 2,77                |
|            | Хлеб ржаной                         | 20               | 1,20                    | 0,20         | 9,00          | 42                            | ТК          | 1,67                              | 2,00                |
|            | <b>Итого за рацион питания :</b>    | <b>500</b>       | <b>30,72</b>            | <b>31,7</b>  | <b>69,16</b>  | <b>761</b>                    |             | <b>89,77</b>                      | <b>129,28</b>       |
| Обед       | Кукуруза консервированная           | 60               | 1,20                    | 0,48         | 7,32          | 37                            | 173-17      | 18,72                             | 24,34               |
|            | Суп картофельный с горохом          | 200              | 4,60                    | 4,48         | 17,84         | 134                           | 139-4       | 7,41                              | 11,10               |
|            | Шницель рыбный натуральный с маслом | 105              | 13,02                   | 14,51        | 7,98          | 230                           | 235-17      | 42,03                             | 63,03               |
|            | Картофель отварной                  | 150              | 3,00                    | 7,65         | 23,85         | 182                           | 518-04      | 13,60                             | 20,40               |
|            | Какао с молоком                     | 180              | 3,19                    | 3,09         | 21,44         | 126                           | ТК          | 11,32                             | 16,97               |
|            | 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>775</b>       | <b>30,31</b>            | <b>31,51</b> | <b>116,93</b> | <b>892</b>                    |             | <b>99,44</b>                      | <b>143,47</b>       |
| Полдник    | Ватрушка с творогом                 | 100              | 11,29                   | 7,01         | 38,10         | 261                           | 410-17      | 18,72                             | 28,07               |
|            | Ряженка порционно                   | 200              | 5,46                    | 4,40         | 7,64          | 92                            | 386-17,ТК   | 24,22                             | 31,48               |
|            | <b>Итого за рацион питания :</b>    | <b>300</b>       | <b>16,75</b>            | <b>11,41</b> | <b>45,74</b>  | <b>353</b>                    |             | <b>42,94</b>                      | <b>59,55</b>        |