

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"



«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

1

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

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

Дата: 17.01.2024

Неделя по цикличному меню: 2

День цикличному меню: 3

** 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 | Котлета рыбная | 100 | 14,80 | 13,90 | 11,80 | 164 | 234-17,Т К | 29,53 | 43,88 |
| | Картофель отварной | 150 | 3,00 | 7,65 | 23,85 | 182 | 518-04 | 13,60 | 20,40 |
| | Сок фруктовый | 180 | 0,68 | | 18,51 | 77 | 389-17,Т К | 14,40 | 18,72 |
| | 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 | 2,40 | 2,88 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1,20 | 0,20 | 9,00 | 42 | ТК | 1,83 | 2,20 |
| | Итого за рацион питания : | 580 | 22,16 | 22,7 | 87,08 | 577 | | 69,16 | 97,70 |
| Обед | Ассорти из соленых овощей | 60 | 0,57 | 0,36 | 0,62 | 9 | 70-17 | 7,27 | 9,43 |
| | Суп с макаронными изделиями | 200 | 1,91 | 4,06 | 10,40 | 97 | 147-04 | 2,73 | 4,10 |
| | Филе птицы, тушенное в сметанном соусе | 95 | 14,94 | 5,67 | 3,15 | 223 | ТК | 48,90 | 73,36 |
| | Каша гречневая рассыпчатая с маслом | 150 | 4,79 | 4,44 | 30,89 | 244 | 302-17 | 10,75 | 16,13 |
| | Чай с сахаром и лимоном | 200 | 0,13 | | 10,20 | 42 | ТК | 2,44 | 3,65 |
| | Хлеб пшеничный | 50 | 3,50 | 1,00 | 25,00 | 120 | ТК | 4,00 | 4,80 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 1,80 | 0,30 | 13,50 | 63 | ТК | 2,75 | 3,30 |
| Итого за рацион питания : | 785 | 27,64 | 15,83 | 93,76 | 798 | | 78,84 | 114,77 | |
| Полдник | Расстегай с мясом | 100 | 15,57 | 10,72 | 29,97 | 250 | 743-04 | 26,00 | 39,02 |
| | Сок фруктовый | 200 | 0,76 | | 20,57 | 86 | 389-17,Т К | 16,00 | 20,80 |
| | Итого за рацион питания : | 300 | 16,33 | 10,72 | 50,54 | 336 | | 42,00 | 59,82 |