

«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: 03.04.2024

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 | 29,76 | 44,22 |
| | Картофель отварной | 150 | 3,00 | 7,65 | 23,85 | 182 | 518-04 | 13,63 | 20,44 |
| | Сок фруктовый | 180 | 0,90 | | 18,18 | 76 | 389-17,Т К | 14,40 | 18,72 |
| | Фрукты (Яблоки) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47 | 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 | 22,4 | 22,75 | 87,63 | 583 | | 69,42 | 98,08 |
| Обед | Ассорти овощное (морковь отварная, свекла отварная) | 60(30/30) | 0,78 | 0,09 | 4,74 | 22 | ТК | 3,20 | 4,80 |
| | Суп с макаронными изделиями | 200 | 1,91 | 4,06 | 10,40 | 97 | 147-04 | 2,76 | 4,14 |
| | Филе птицы, тушенное в сметанном соусе | 70/25 | 14,69 | 5,57 | 3,10 | 220 | ТК | 49,24 | 73,85 |
| | Каша гречневая рассыпчатая с маслом | 150 | 4,79 | 4,44 | 30,89 | 244 | 302-17 | 11,10 | 16,64 |
| | 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 : | 725 | 27,6 | 15,46 | 97,83 | 808 | | 75,49 | 111,18 |
| Полдник | Расстегай с мясом | 100 | 15,57 | 10,72 | 29,97 | 250 | 743-04 | 29,23 | 43,87 |
| | Сок фруктовый | 200 | 1,00 | | 20,20 | 85 | 389-17,Т К | 16,00 | 20,80 |
| | Итого за рацион питания : | 300 | 16,57 | 10,72 | 50,17 | 335 | | 45,23 | 64,67 |