

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель оператора питания  
ФИО

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации  
ФИО

**Ежедневное меню  
основного (организованного) питания**

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

Дата 13.09.2023г.

Неделя по цикличному меню: 2

День по цикличному меню: 3

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	Цена в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы			
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Завтрак	Котлета рыбная (филе минтая)	100	14.80	13.90	11.80	164.00	234-17,ТК	36,14
	Картофель отварной	150	3.00	7.65	23.85	181.50	518-04	18,45
	Сок натуральный	180	0.90	0.00	18.18	76.32	389-17,ТК	18,72
	Фрукты свежие	100	0.40	0.40	9.80	47.00	ТК	21,13
	Хлеб пшеничный	30	2.10	0.60	15.00	71.70	ТК	2,77
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1.20	0.20	9.00	42.00	ТК	2,00
	<b>Итого за рацион питания:</b>		<b>580</b>	<b>22,40</b>	<b>22,75</b>	<b>87,63</b>	<b>582,52</b>	
Обед	Овощи по сезону	60	0.66	0.12	2.28	13.20	ТК	8,85
	Суп с макаронными изделиями	200	1.91	4.06	10.40	96.80	147-04	4,49
	Филе птицы, тушенное в сметанном соусе (70/25)	95	14.69	5.57	3.10	219.50	ТК	78,41
	Каша рассыпчатая	150	4.79	4.44	30.89	243.75	302-17	16,13
	Чай с сахаром и лимоном	200	0.07	0.02	10.00	42.00	ТК	3,07
	Хлеб пшеничный	50	3.50	1.00	25.00	119.50	ТК	4,62
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1.80	0.30	13.50	63.00	ТК	3,01
<b>Итого за рацион питания:</b>		<b>785</b>	<b>27,42</b>	<b>15,51</b>	<b>95,17</b>	<b>797,75</b>		<b>118,58</b>
Полдник	Расстегай с мясом	100	15.57	10.72	29.97	266.97	743-04	51,52
	Сок натуральный	200	0.9	0	18.18	84.8	389-07,ТК	20,80
	<b>Итого за рацион питания:</b>	<b>300</b>	<b>16,47</b>	<b>10,72</b>	<b>48,15</b>	<b>351,77</b>		<b>72,32</b>

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель оператора питания  
ФИО \_\_\_\_\_

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации  
ФИО \_\_\_\_\_

**Ежедневное меню  
основного (организованного) питания**

Возрастная категория питающихся: дети ОВЗ и дети инвалиды 12-18 лет

Дата 13.09.2023г.

Неделя по цикличному меню: 2

День по цикличному меню: 3

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	Цена в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы			
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Завтрак	Котлета рыбная (минтай)	100	14.80	13.90	11.80	164.00	234-17. ТК	36.14
	Картофель отварной	180	3.60	9.18	28.62	217.80	518-04	22.14
	Сок натуральный	180	0.90	0.00	18.18	76.32	389-17. ТК	18.72
	Фрукты свежие	100	0.40	0.40	9.80	47.00	ТК	21.13
	Хлеб пшеничный	50	3.50	1.00	25.00	119.50	ТК	4.62
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1.80	0.30	13.50	63.00	ТК	3.01
	<b>Итого за рацион питания:</b>	<b>640</b>	<b>25,00</b>	<b>24,78</b>	<b>106,90</b>	<b>687,62</b>		<b>105,76</b>
Обед	Салат по-сезону	100	0.75	6.02	2.35	59.60	ТК	8.82
	Суп с макаронными изделиями	250	2.39	5.08	13.00	121.00	147-04	5.63
	Филе птицы, тушенное в сметанном соусе (100/20)	120	13.90	9.40	4.60	200.29	ТК	92.66
	Каша рассыпчатая	180	5.75	5.33	17.07	248.40	302-17	19.35
	Чай с сахаром и лимоном	200	0.13	0.00	10.20	42.00	ТК	3.07
	Фрукты свежие	100	0.40	0.40	9.80	38.00	ТК	9.62
	Хлеб пшеничный	60	4.20	1.20	30.00	143.40	ТК	5.54
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2.40	0.40	18.00	84.00	ТК	4.01
	<b>Итого за рацион питания:</b>	<b>1050</b>	<b>29,92</b>	<b>27,82</b>	<b>125,02</b>	<b>936,69</b>		<b>148,70</b>
Полдник	Котлета куриная, запеченная в тесте	100	11.99	10.40	13.17	233.88	ТК	35.74
	Сок натуральный	180	0.90	0.00	18.18	76.32	389-07. ТК	18.72
	Фрукты свежие	100	0.40	0.40	9.80	38.00	ТК	14.17
	<b>Итого за рацион питания:</b>	<b>395</b>	<b>14,27</b>	<b>15,00</b>	<b>40,45</b>	<b>404,20</b>		<b>68,63</b>