

«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: 01.03.2024

Неделя по циклическому меню: 2

День циклическому меню: 5

\*\* 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                          | Помидоры соленые                          | 100              | 0,80                    | 0,10         | 1,70         | 10                            | 70-17         | 11,55                             | 15,02               |
|                                  | Гратен из печени                          | 120              | 21,32                   | 13,53        | 8,95         | 245                           | ТК            | 44,01                             | 65,66               |
|                                  | Макаронные изделия отварные с овощами     | 180              | 6,20                    | 7,19         | 34,22        | 226                           | 205-17        | 9,64                              | 14,46               |
|                                  | Сок фруктовый                             | 180              | 0,90                    |              | 18,18        | 76                            | 389-17,ТК     | 14,40                             | 18,72               |
|                                  | Хлеб пшеничный                            | 30               | 2,10                    | 0,60         | 15,00        | 72                            | ТК            | 2,40                              | 2,88                |
|                                  | Хлеб ржаной                               | 30               | 1,80                    | 0,30         | 13,50        | 63                            | ТК            | 2,75                              | 3,30                |
|                                  | <b>Итого за рацион питания :</b>          | <b>640</b>       | <b>33,12</b>            | <b>21,72</b> | <b>91,55</b> | <b>692</b>                    |               | <b>84,75</b>                      | <b>120,04</b>       |
| Обед                             | Салат из соленых огурцов с луком          | 120              | 0,97                    | 6,04         | 2,16         | 67                            | 21-17         | 15,55                             | 20,52               |
|                                  | Борщ с капустой белокочанной и картофелем | 250              | 2,00                    | 5,20         | 5,20         | 106                           | 110-04        | 10,62                             | 15,92               |
|                                  | Рыба, запеченная с маслом                 | 115/5            | 19,39                   | 13,29        | 5,19         | 257                           | ТК            | 55,82                             | 83,71               |
|                                  | Картофельное пюре                         | 180              | 3,84                    | 6,24         | 23,76        | 167                           | 54-11         | 17,48                             | 26,21               |
|                                  | Кофейный напиток                          | 200              | 3,17                    | 2,78         | 15,95        | 101                           | ТК            | 12,86                             | 19,29               |
|                                  | Хлеб пшеничный                            | 50               | 3,50                    | 1,00         | 25,00        | 120                           | ТК            | 4,00                              | 4,80                |
|                                  | Хлеб ржаной                               | 40               | 2,40                    | 0,40         | 18,00        | 84                            | ТК            | 3,67                              | 4,40                |
| <b>Итого за рацион питания :</b> | <b>960</b>                                | <b>35,27</b>     | <b>34,95</b>            | <b>95,26</b> | <b>902</b>   |                               | <b>120,00</b> | <b>174,85</b>                     |                     |
| Полдник                          | Булочка творожная                         | 100              | 13,08                   | 6,06         | 38,68        | 300                           | 440-17        | 17,17                             | 25,74               |
|                                  | Сок фруктовый                             | 180              | 0,90                    |              | 18,18        | 76                            | 389-17,ТК     | 14,40                             | 18,72               |
|                                  | Фрукты (Яблоки)                           | 100              | 0,40                    | 0,40         | 9,80         | 47                            | ТК            | 7,40                              | 9,62                |
|                                  | <b>Итого за рацион питания :</b>          | <b>380</b>       | <b>14,38</b>            | <b>6,46</b>  | <b>66,66</b> | <b>423</b>                    |               | <b>38,97</b>                      | <b>54,08</b>        |