

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"

Шевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

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

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

Дата: 01.03.2024

Неделя по цикличному меню: 2

День цикличному 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 | Огурцы соленые | 100 | 0,80 | 0,10 | 1,70 | 10 | 70-17 | 12,65 | 16,45 |
| | Гратен из печени | 90 | 15,99 | 10,15 | 6,71 | 206 | ТК | 33,10 | 49,41 |
| | Макаронны отварные с овощами | 150 | 5,17 | 5,99 | 28,52 | 188 | 205-17 | 8,32 | 12,47 |
| | 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 | 20 | 1,20 | 0,20 | 9,00 | 42 | ТК | 1,83 | 2,20 |
| | Итого за рацион питания : | 570 | 26,16 | 17,04 | 79,11 | 594 | | 72,70 | 102,13 |
| Обед | Икра кабачковая порционно | 60 | 1,13 | 4,80 | 4,70 | 66 | 6-18 | 8,28 | 10,76 |
| | Борщ с капустой белокочанной и картофелем | 200 | 1,60 | 4,16 | 4,16 | 84 | 110-04 | 8,50 | 12,72 |
| | Рыба, запеченная с маслом | 90/5 | 14,58 | 13,59 | 3,96 | 226 | ТК | 44,77 | 67,14 |
| | Картофель отварной с луком | 150 | 3,20 | 8,40 | 26,10 | 182 | 204-04 | 19,86 | 29,80 |
| | Фрукты (Яблоки) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47 | ТК | 7,40 | 9,62 |
| | Сок фруктовый | 200 | 1,00 | | 20,20 | 85 | 389-17,ТК | 16,00 | 20,80 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 2,80 | 0,80 | 20,00 | 96 | ТК | 3,20 | 3,84 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 1,80 | 0,30 | 13,50 | 63 | ТК | 2,75 | 3,30 |
| Итого за рацион питания : | 875 | 26,51 | 32,45 | 102,42 | 849 | | 110,76 | 157,98 | |
| Полдник | Бутерброд с сыром | 60 | 11,90 | 16,40 | 41,60 | 183 | ТК | 21,28 | 31,21 |
| | Какао с молоком | 180 | 3,67 | 3,19 | 15,82 | 107 | 382-17 | 9,09 | 13,64 |
| | Фрукты (Яблоки) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47 | ТК | 7,40 | 9,62 |
| | Итого за рацион питания : | 340 | 15,97 | 19,99 | 67,22 | 337 | | 37,77 | 54,47 |