

«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: 22.03.2024

Неделя по цикличному меню: 1

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    | Капуста квашеная                                 | 80               | 1,28                    | 0,08         | 4,16          | 22                            | ТК          | 11,48                             | 14,92               |
|            | Рыба, запеченная с маслом                        | 90/5             | 14,58                   | 13,59        | 3,96          | 226                           | ТК          | 44,77                             | 67,14               |
|            | Картофельное пюре                                | 160              | 3,41                    | 5,55         | 21,12         | 149                           | 54-11       | 15,50                             | 23,27               |
|            | 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                |
|            | <b>Итого за рацион питания :</b>                 | <b>565</b>       | <b>23,47</b>            | <b>20,02</b> | <b>71,42</b>  | <b>587</b>                    |             | <b>90,38</b>                      | <b>129,13</b>       |
| Обед       | Сыр порционно                                    | 20               | 4,64                    | 5,90         |               | 72                            | 015-17      | 12,59                             | 18,88               |
|            | Суп картофельный с крупой пшеничной              | 200              | 1,68                    | 2,24         | 15,28         | 114                           | 138-04      | 7,08                              | 10,63               |
|            | Запеканка из творога с курагой со сметаной       | 150/5            | 7,25                    | 6,61         | 97,67         | 403                           | ТК          | 56,38                             | 84,57               |
|            | Чай с сахаром и лимоном                          | 200              | 0,13                    |              | 10,20         | 42                            | ТК          | 2,44                              | 3,65                |
|            | Фрукты(Апельсины)                                | 100              | 0,90                    | 0,20         | 8,10          | 38                            | 393-16      | 10,00                             | 13,00               |
|            | Хлеб пшеничный                                   | 40               | 2,80                    | 0,80         | 20,00         | 96                            | ТК          | 3,20                              | 3,84                |
|            | Хлеб ржаной                                      | 20               | 1,20                    | 0,20         | 9,00          | 42                            | ТК          | 1,83                              | 2,20                |
|            | <b>Итого за рацион питания :</b>                 | <b>735</b>       | <b>18,6</b>             | <b>15,95</b> | <b>160,25</b> | <b>807</b>                    |             | <b>93,52</b>                      | <b>136,77</b>       |
| Полдник    | Пирожки печеные из дрожжевого теста с картофелем | 100              | 6,03                    | 7,60         | 36,90         | 240                           | 406-17      | 8,53                              | 12,78               |
|            | Компот из вишни                                  | 200              | 0,16                    | 0,16         | 27,81         | 105                           | 342-17,ТК   | 13,57                             | 20,34               |
|            | <b>Итого за рацион питания :</b>                 | <b>300</b>       | <b>6,19</b>             | <b>7,76</b>  | <b>64,71</b>  | <b>345</b>                    |             | <b>22,10</b>                      | <b>33,12</b>        |