

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"

Шевченко М. С.

Руководитель общеобразовательной организации

«СОГЛАСОВАНО»

Учитель

СОШ №75

ЕКЕМЕС

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

Возрастная категория питающихся: 12 и старше, ОБЗ, дети-инвалиды

Дата: 02.02.2024

Неделя по циклическому меню: 2

День циклическому меню: 5

** очищенный картофель

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептур	Цена продуктового набора в рублях	Цена всего в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы				
Завтрак	Морковные палочки	100	1,10	0,20	3,80	43,75	ТК	5,32	7,98
	Гратен из печени	120	21,32	13,53	8,95	245,4	ТК	44,14	65,89
	Макаронные отварные с овощами	180	6,20	7,19	34,22	226,08	205-17	11,29	16,94
	Сок фруктовый	180	0,90	0	18,18	76,32	389-07	14,40	18,72
	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70	ТК	2,40	2,88
	Хлеб ржаной	30	1,80	0,30	13,50	63	ТК	2,75	3,30
	Итого за рацион питания :	640	33,42	21,82	93,65	726,25		80,30	115,71
Обед	Салат из соленых огурцов с луком	100	0,81	5,03	1,83	56	21-17	12,97	17,11
	Борщ с капустой белокочанной и картофелем	250	2,00	5,20	5,20	106	110-04	11,58	17,37
	Рыба, запеченная с маслом	115/5	18,42	17,17	5,00	285	ТК	59,72	89,58
	Картофельное пюре	180	3,84	6,24	23,76	167,28	54-11г-20, ТК	17,40	26,11
	Кофейный напиток	200	3,17	2,78	15,95	100,50	ТК	12,86	19,29
	Хлеб пшеничный	50	3,50	1,00	25,00	119,50	ТК	4,00	4,80
	Хлеб ржаной	40	2,40	0,40	18,00	84	ТК	3,67	4,40
	Итого за рацион питания :	940	34,14	37,82	94,74	918,28		122,20	178,66
Полдник	Булочка творожная	100	13,08	6,06	38,68	300	440-17	17,17	25,75
	Сок фруктовый	180	0,90	0	18,18	76,32	389-07	14,40	18,72
	Фрукты (яблоки)	100	0,40	0,40	9,8	47	ТК	7,40	9,62
	Итого за рацион питания :	380	14,38	6,46	66,66	423,32		38,97	54,09

СОГЛАСОВАНО
Руководитель организации

УТВЕРЖДЕНО

Директор

/ Шевченко М. С. /

М Е Н Ю (выбор) **

02.02.2024

12 и старше (5-11кл).

**** очищенный картофель**

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, г	Б, г	Ж, г	У, г	Энергетическая ценность, Ккал	Стоимость, руб.
Салат		3,93	8,18	1,48	95	18,89
1 - Салат из квашеной капусты	110	0,91	5,53	2,02	62	19,05
2 - Сыр порционно	20	4,64	5,90		72	18,88
3 - Салат из моркови с сыром	105	6,24	13,11	2,43	151	18,75
Основное		21,91	21,94	35,34	459,33	68,82
1 - Гратен из печени	100	17,77	11,28	7,46	229	39,63
1 - Ризотто с овощами	180	4,84	9,58	39,46	254	29,36
2 - Омлет натуральный	180	16,73	29,80	3,17	348	68,49
3 - Котлета рубленая из куриного филе	110	20,02	9,24	14,74	222	47,48
3 - Каша гречневая рассыпчатая с маслом	200	6,38	5,92	41,18	325	21,51
Дополнение		5	1,42	52,17	238	19,55
1 - Чай с сахаром	200	0,07	0,02	10,00	40	2,72
1 - Фрукты (яблоки)	100	0,38	0,35	8,92	40	9,62
1 - Хлеб пшеничный	35	2,45	0,70	17,50	84	3,36
1 - Хлеб ржаной	35	2,10	0,35	15,75	74	3,85
		30,84	31,54	88,99	792,33	107,26

Принял:

Заведующий
производством
должность

подпись

расшифровка подписи