

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО «Школьное питание»

Шевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

ДИРЕКТОР

МАОУ
СОШ №75

И.О. ЧЕКЕМЕС

Ежедневное меню
основного (организованного) питания **

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

Дата: 06.02.2024

Неделя по цикличному меню: 1

День цикличному меню: 2

** 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	Огурцы соленные	120	0,96	0,12	2,04	12	70-17	15,18	19,73
	Шницель говяжий	100	15,9	14,4	16	278,67	451-04	52,34	78,07
	Картофельное пюре	180	3,84	6,24	23,76	167,28	54-11г-20, ТК	17,40	26,11
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0	10,20	42	ТК	2,44	3,65
	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,6	15	72	ТК	2,40	2,88
	Хлеб ржаной	30	1,8	0,3	13,5	63	ТК	2,75	3,30
	Итого за рацион питания :	660	24,73	21,66	80,50	634,95		92,51	133,74
Обед	Суп из овощей	250	2,2	4,4	12,4	99	135-04	10,18	14,94
	Гратен из печени	120	21,32	13,53	8,95	245,40	ТК	44,14	65,89
	Ризотто с овощами	180	4,84	9,58	39,42	235,8	ТК	21,57	29,36
	Сок фруктовый	180	0,90	0	18,18	76,32	389-07,ТК	14,40	18,72
	Кондитерские изделия (печенье 30гр)	30	2,5	4	21	130	ТК	9,67	12,57
	Фрукты (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47	ТК	7,40	9,62
	Хлеб пшеничный	50	3,5	1	25	120	ТК	4,00	4,80
	Хлеб ржаной	40	2,4	0,4	18	84	ТК	3,67	4,40
	Итого за рацион питания :	950	38,06	33,31	152,75	1037,52		115,03	160,30
Полдник	Булочка с сыром	100	19,83	27,33	69,33	305	ТК	17,52	26,27
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0	10,20	42	ТК	2,44	3,65
	Фрукты (яблоки)	100	0,40	0,40	9,8	47	ТК	7,40	9,62
	Итого за рацион питания :	400	20,36	27,73	89,33	394		27,36	39,54

СОГЛАСОВАНО
Руководитель организации



УТВЕРЖДЕНО

Директор

/ Шевченко М.С. /

МАОУ И.О. ЧЕЧЕМСКОЕ
СОШ №75

М Е Н Ю (выбор) **

06.02.2024

12 и старше (5-11кл).

** очищенный картофель

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, г	Б, г	Ж, г	У, г	Энергетическая ценность, Ккал	Стоимость, руб.
Салат		1,24	4,11	6,88	70,33	8,61
1 - Салат из капусты белокачанной	100	0,75	6,02	2,35	60	8,86
2 - Морковные палочки	105	1,16	0,21	3,99	46	8,38
3 - Салат из свеклы с маслом	100	1,80	6,10	14,30	105	8,60
Основное		24,03	18,5	54,11	505,33	91,64
1 - Филе птицы, тушенное в сметанном соусе	100	15,73	5,97	3,32	235	70,90
1 - Каша гречневая рассыпчатая с маслом	190	6,06	5,62	39,12	309	20,42
2 - Котлета "Школьная"	100	14,70	11,66	12,70	243	65,66
2 - Картофельное пюре	180	3,84	6,24	23,76	167	26,11
3 - Оладьи из филе птицы с сыром	100	24,20	20,60	36,80	297	74,61
3 - Рис отварной	180	7,57	5,40	46,62	265	17,21
Дополнение		4,05	0,85	60,75	260	20,30
1 - Компот из вишни	200	0,20		32,50	126	14,05
1 - Хлеб пшеничный	25	1,75	0,50	12,50	60	2,40
1 - Хлеб ржаной	35	2,10	0,35	15,75	74	3,85
		29,32	23,46	121,74	835,66	120,55

Принял:

Заведующий
производством
должность

Чаруш
подпись

Чаруш
расшифровка подписи