

«УТВЕРЖДЕНО»
Руководитель АНО "Школьное питание"

Шевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»
Руководитель общеобразовательной организации

М.О. Тенешес



Ежедневное меню основного (организованного) питания

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

Дата: 27.10.2023

Неделя по цикличному меню: 2

День цикличному меню: 5

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 свежие порция	100	0,70	0,10	1,90	12	ТК	8,51	11,06
	Гратен из печени	120	21,32	13,53	8,95	275	ТК	44,07	65,79
	Макароны отварные с овощами	180	6,21	7,19	34,23	226	205-17	11,25	16,87
	Сок фруктовый	180	0,68		18,51	77	389-17,ТК	14,40	18,72
	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	72	ТК	2,31	2,77
	Хлеб ржаной	30	1,80	0,30	13,50	63	ТК	2,51	3,01
	Итого за рацион питания :	640	32,81	21,72	92,09	725		83,05	118,22
Обед	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	0,96	6,08	3,65	71	ТК	10,17	13,47
	Борщ с капустой белокочанной и картофелем	250	2,00	5,20	5,20	106	110-04	11,29	16,93
	Наггетсы куриные	100	7,30	7,60	31,82	234	ТК	61,33	91,96
	Картофельное пюре	180	3,84	6,24	23,76	167	54-11г-20,ТК	17,29	25,93
	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	3,85	4,62
	Хлеб ржаной	40	2,40	0,40	18,00	84	ТК	3,34	4,01
	Итого за рацион питания :	920	23,17	29,3	123,38	883		120,13	176,21
Полдник	Булочка творожная	100	6,54	3,03	19,34	150	440-17	17,30	25,94
	Сок фруктовый	180	0,68		18,51	77	389-17,ТК	14,40	18,72
	Фрукты (яблоки)	100	0,38	0,35	8,92	40	ТК	7,40	9,62
	Итого за рацион питания :	380	7,6	3,38	46,77	267		39,10	54,28



М Е Н Ю (выбор)**

27.10.2023

12 и старше (5-11кл).

****картофель очищенный**

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, г	Б, г	Ж, г	У, г	Энергетическая ценность, Ккал	Стоимость, руб.
Салат		1,02	3,22	6,29	59,67	11,30
1 - Овощи свежие (порция)	95	0,09	0,01	2,76	16	11,51
2 - Икра кабачковая консервированная	60	1,13	4,75	4,67	66	11,30
3 - Икра свекольная	110	1,84	4,91	11,44	97	11,09
Основное		14,6	14,74	31,26	333,33	65,35
1 - Гратен из печени	90	15,99	10,15	6,71	206	49,34
1 - Макароны отварные с овощами	170	5,86	6,79	32,33	214	15,94
2 - Рыба, запеченная с маслом (филе минтай)	75	11,51	10,73	3,13	178	44,40
2 - Картофель отварной	160	3,20	8,16	25,44	194	20,98
3 - Тефтели с рисом(сметанный соус)	80	4,03	3,20	6,38	69	43,77
3 - Картофельное пюре	150	3,20	5,20	19,80	139	21,61
Дополнение		6,07	4,21	71,25	344	46,35
1 - Сок фруктовый	200	0,76		20,57	86	20,80
1 - Хлеб пшеничный	38	2,66	0,76	19,00	91	3,48
1 - Хлеб ржаной	30	1,80	0,30	13,50	63	3,01
1 - Кондитерские изделия (вафли топленое молоко 15г)		0,32	2,66	5,69	48	5,59
1 - Фрукты (яблоки)	140	0,53	0,49	12,49	56	13,47
		21,69	22,17	108,80	737	123,00

Принял:

Заведующий
производством
Должность

Гареев
подпись

Гареева
расшифровка подписи