



«УТВЕРЖДЕНО»
Директор АМО «Школьное питание»

/Шевченко М. С.



«СОГЛАСОВАНО»
Руководитель общеобразовательной организации

**Ежедневное меню
основного (организованного) питания**

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

Дата: 09.10.2023

Неделя по циклическому меню: 2

День циклическому меню: 1

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	120	0,84	0,12	2,28	14	ТК	10,21	13,27
	Омлет натуральный	200	18,59	33,11	3,52	386	210-17	44,19	66,31
	Кефир порционно	200	5,46	4,40	7,28	90	386-17,ТК	15,11	19,64
	Фрукты (яблоки)	100	0,38	0,35	8,92	40	ТК	7,40	9,62
	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	96	ТК	3,08	3,70
	Хлеб ржаной	30	1,80	0,30	13,50	63	ТК	2,51	3,01
	Итого за рацион питания :	690	29,87	39,08	55,5	689		82,50	115,55
Обед	Суп картофельный с клецками	250	3,56	4,59	18,79	144	108-17	9,61	14,41
	Шницель говяжий	105	16,51	14,51	14,74	257	451-04	54,91	81,91
	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	60	4,20	1,20	30,00	143	ТК	4,62	5,54
	Хлеб ржаной	40	2,40	0,40	18,00	84	ТК	3,34	4,01
	Итого за рацион питания :	815	33,56	27,89	134,27	931		98,13	141,46
Полдник	Булочка бриош с изюмом	100	4,38	7,30	35,00	243	471-03	20,57	30,86
	Какао с молоком	180	3,19	3,09	21,44	126	ТК	11,32	16,97
	Фрукты (яблоки)	100	0,38	0,35	8,92	40	ТК	7,40	9,62
	Итого за рацион питания :	380	7,95	10,74	65,36	409		39,29	57,45



М Е Н Ю (выбор)

09.10.2023

12 и старше (5-11кл),

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, г	Б, г	Ж, г	У, г	Энергетическая ценность, Ккал	Стоимость, руб.
Салат		1,17	3,03	4,99	52,33	11,28
1 - Огурцы свежие порция	100	0,70	0,10	1,90	12	11,06
2 - Салат из капусты белокочанной	130	1,69	4,23	8,41	79	11,47
3 - Икра кабачковая консервированная	60	1,13	4,75	4,67	66	11,30
Основное		17,03	21,5	22,27	351	75,67
1 - Омлет натуральный	185	17,19	30,62	3,26	357	61,33
1 - Сыр порционнo	15	3,48	4,43		54	14,16
2 - Шницель говяжий	75	11,79	10,37	10,53	184	58,50
2 - Картофель отварной	130	2,60	6,63	20,67	157	17,04
3 - Отбивная из филе птицы	70	12,53	5,53	3,85	118	54,92
3 - Ризотто с овощами	130	3,50	6,92	28,50	183	21,07
Дополнение		4,42	1,21	53,86	242	36,05
1 - Сок фруктовый	180	0,68		18,51	77	18,72
1 - Хлеб пшеничный	25	1,75	0,50	12,50	60	2,31
1 - Хлеб ржаной	25	1,50	0,25	11,25	53	2,51
1 - Фрукты (яблоки)	130	0,49	0,46	11,60	52	12,51
		22,62	25,74	81,12	645,33	123,00

Принял:

Заведующий
производством
должность

Чаруш
подпись

Чарушова
расшифровка подписи