

«СОЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

И. ПЕРЕКТОР

И. О. ЧЕКЕМЕС



М. С.



«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО «Центральный питани

/Исчерпико М. С.

Дата: 05.12.2023

Неделя по циклическому меню: 1

День циклическому меню: 2

\*\* очищенный картофель

| Прием пищи | Наименование блюда                  | Вес блюда, грамм | Белк и Жиры | Углеб | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептур | Цена продукта в рублях | Цена всего в рублях |
|------------|-------------------------------------|------------------|-------------|-------|-------------------------------|------------|------------------------|---------------------|
| Завтрак    | Оррры соленья                       | 120              | 0,96        | 0,12  | 2,04                          | 12         | 15,18                  | 19,73               |
|            | Пшеницы говьяжий                    | 100              | 15,72       | 13,82 | 14,04                         | 245        | 52,34                  | 78,07               |
|            | Картофельное пюре                   | 180              | 3,84        | 6,24  | 23,76                         | 167        | 17,40                  | 26,11               |
|            | Чай с сахаром и лимоном             | 200              | 0,13        |       | 10,20                         | 42         | 2,44                   | 3,65                |
|            | Хлеб пшеничный                      | 30               | 2,10        | 0,60  | 15,00                         | 72         | 2,40                   | 2,88                |
|            | Хлеб ржаной                         | 30               | 1,80        | 0,30  | 13,50                         | 63         | 2,75                   | 3,30                |
|            | Итого за рацион питания :           | 660              | 24,55       | 21,08 | 78,54                         | 601        | 92,51                  | 133,74              |
|            | Суп из овощей                       | 250              | 2,20        | 4,40  | 12,40                         | 99         | 9,93                   | 14,56               |
|            | Траден из печени                    | 120              | 21,32       | 13,53 | 8,95                          | 275        | 44,11                  | 65,85               |
|            | Ризотто с овощами                   | 180              | 4,84        | 9,58  | 39,46                         | 254        | 21,45                  | 29,18               |
| Обед       | Сок фруктовый                       | 180              | 0,68        |       | 18,51                         | 77         | 14,40                  | 18,72               |
|            | Кондитерские изделия (печенье 30гр) | 30               | 2,50        | 4,00  | 21,00                         | 130        | 9,67                   | 12,57               |
|            | Фрукты (яблоки)                     | 100              | 0,38        | 0,35  | 8,92                          | 40         | 7,40                   | 9,62                |
|            | Хлеб пшеничный                      | 50               | 3,50        | 1,00  | 25,00                         | 120        | 4,00                   | 4,80                |
|            | Хлеб ржаной                         | 40               | 2,40        | 0,40  | 18,00                         | 84         | 3,67                   | 4,40                |
|            | Итого за рацион питания :           | 950              | 37,82       | 33,26 | 152,24                        | 1 079      | 114,63                 | 159,70              |
|            | Булочка с сыром                     | 100              | 11,90       | 16,40 | 41,60                         | 366        | 17,46                  | 26,19               |
|            | Чай с сахаром и лимоном             | 200              | 0,13        |       | 10,20                         | 42         | 2,44                   | 3,65                |
|            | Фрукты (яблоки)                     | 100              | 0,38        | 0,35  | 8,92                          | 40         | 7,40                   | 9,62                |
|            | Итого за рацион питания :           | 400              | 12,41       | 16,75 | 60,72                         | 448        | 27,30                  | 39,46               |
| Полдник    | Фрукты (яблоки)                     | 100              | 0,38        | 0,35  | 8,92                          | 40         | 7,40                   | 9,62                |
|            | Итого за рацион питания :           | 400              | 12,41       | 16,75 | 60,72                         | 448        | 27,30                  | 39,46               |
|            | Итого за рацион питания :           | 400              | 12,41       | 16,75 | 60,72                         | 448        | 27,30                  | 39,46               |

05.12.2023

12 и старше (5-11кг).  
\*\* очищенный картофель

М Е Н Ю (выбор) \*\*



| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА                         |  | ВЫХОД, | Б,    | Ж,     | У,     | Энергетическая | Стоимость, руб. |
|--------------------------------------------|--|--------|-------|--------|--------|----------------|-----------------|
| Салат                                      |  | 1,62   | 4,38  | 10,11  | 79,33  |                | 11,40           |
| 1 - Оруцы солёныя                          |  | 70     | 0,56  | 0,07   | 1,19   | 7              | 11,51           |
| 2 - Салат из капусты белокачанной          |  | 130    | 1,69  | 4,23   | 8,41   | 79             | 11,47           |
| 3 - Салат из свежых отварной               |  | 145    | 2,61  | 8,85   | 20,74  | 152            | 11,21           |
| Основное                                   |  | 20,82  | 17,89 | 43,92  | 436,67 |                | 93,29           |
| 1 - Филе птицы, тушенное в сметанном соусе |  | 100    | 15,73 | 5,97   | 3,32   | 235            | 77,21           |
| 1 - Каша гречневая рассыпчатая с маслом    |  | 150    | 4,79  | 4,44   | 30,89  | 244            | 16,13           |
| 2 - Шницель говяжий                        |  | 90     | 14,15 | 12,44  | 12,64  | 221            | 70,27           |
| 2 - Картофельное пюре                      |  | 160    | 3,41  | 5,55   | 21,12  | 149            | 23,22           |
| 3 - Оладьи из филе птицы с сыром           |  | 84     | 20,33 | 17,30  | 30,91  | 249            | 68,74           |
| 3 - Ризотто с овощами                      |  | 150    | 4,04  | 7,98   | 32,88  | 212            | 24,31           |
| Дополнение                                 |  | 21,74  | 1,03  | 51,19  | 246    |                | 18,31           |
| 1 - Кисель из вишни                        |  | 200    | 18,00 | 0,14   | 23,94  | 117            | 12,46           |
| 1 - Хлеб пшеничный                         |  | 32     | 2,24  | 0,64   | 16,00  | 76             | 3,10            |
| 1 - Хлеб ржаной                            |  | 25     | 1,50  | 0,25   | 11,25  | 53             | 2,75            |
|                                            |  | 44,18  | 23,30 | 105,22 | 762    |                | 123,00          |

Принят:

Заведующий  
производством

подпись

расшифровка подписи