

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"



Шевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации



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

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

Дата: 16.11.2023

Неделя по цикличному меню: 2

День цикличному меню: 4

\*\*картофель очищенный

| Прием пищи | Наименование блюда                            | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |              |               | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептур ы | Цена продуктового набора в рублях | Цена всего в рублях |
|------------|-----------------------------------------------|------------------|-------------------------|--------------|---------------|-------------------------------|--------------|-----------------------------------|---------------------|
|            |                                               |                  | Белки                   | Жиры         | Углеводы      |                               |              |                                   |                     |
| Завтрак    | Котлета "Школьная"                            | 105              | 15,44                   | 12,24        | 13,34         | 255                           | 347-18       | 50,59                             | 75,50               |
|            | Каша пшеничная рассыпчатая с овощами          | 180              | 7,20                    | 1,26         | 50,40         | 225                           | ТК           | 9,10                              | 13,64               |
|            | Чай с сахаром                                 | 200              | 0,07                    | 0,02         | 10,00         | 40                            | ТК           | 1,82                              | 2,72                |
|            | Фрукты (яблоки)                               | 100              | 0,38                    | 0,35         | 8,92          | 40                            | ТК           | 7,40                              | 9,62                |
|            | 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                |
|            | <b>Итого за рацион питания :</b>              | <b>645</b>       | <b>26,99</b>            | <b>14,77</b> | <b>111,16</b> | <b>695</b>                    |              | <b>73,73</b>                      | <b>107,26</b>       |
| Обед       | Сыр порционно                                 | 20               | 4,64                    | 5,90         |               | 72                            | 015-17       | 12,59                             | 18,88               |
|            | Суп картофельный с мясными фрикадельками      | 250              | 13,50                   | 7,75         | 0,75          | 155                           | 137-04       | 32,24                             | 48,37               |
|            | Пудинг из творога со сметаной                 | 200              | 23,32                   | 27,58        | 39,58         | 605                           | 362-04       | 69,60                             | 104,43              |
|            | 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                |
|            | 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                |
|            | <b>Итого за рацион питания :</b>              | <b>840</b>       | <b>48,42</b>            | <b>42,98</b> | <b>110,76</b> | <b>1 153</b>                  |              | <b>143,42</b>                     | <b>208,65</b>       |
| Полдник    | Пирожки печеные из дрожжевого теста с печенью | 100              | 15,57                   | 10,72        | 29,97         | 280                           | 406-17       | 27,35                             | 41,04               |
|            | Кисель из вишни                               | 200              | 18,00                   | 0,14         | 23,94         | 117                           | 350-17,ТК    | 8,19                              | 12,28               |
|            | Фрукты (яблоки)                               | 100              | 0,38                    | 0,35         | 8,92          | 40                            | ТК           | 7,40                              | 9,62                |
|            | <b>Итого за рацион питания :</b>              | <b>400</b>       | <b>33,95</b>            | <b>11,21</b> | <b>62,83</b>  | <b>437</b>                    |              | <b>42,94</b>                      | <b>62,94</b>        |



## М Е Н Ю (выбор)\*\*

**16.11.2023**

**12 и старше (5-11кл).**

**\*\*картофель очищенный**

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА                   | ВЫХОД,<br>г | Б,<br>г      | Ж,<br>г      | У,<br>г      | Энергетическая<br>ценность, Ккал | Стоимость, руб. |
|--------------------------------------|-------------|--------------|--------------|--------------|----------------------------------|-----------------|
| <b>Салат</b>                         |             | <b>2,12</b>  | <b>3,36</b>  | <b>1,92</b>  | <b>48,67</b>                     | <b>16,23</b>    |
| 1 - Горошек консервированный         | 55          | 1,65         | 0,28         | 4,02         | 32                               | 16,38           |
| 2 - Сыр порционно                    | 17          | 3,94         | 5,02         |              | 61                               | 16,05           |
| 3 - Салат из соленых огурцов с луком | 95          | 0,78         | 4,78         | 1,74         | 53                               | 16,26           |
| <b>Основное</b>                      |             | <b>15,3</b>  | <b>14,99</b> | <b>39,74</b> | <b>394,67</b>                    | <b>80,33</b>    |
| 1 - Котлета "Школьная"               | 95          | 13,97        | 11,08        | 12,07        | 231                              | 68,30           |
| 1 - Каша пшеничная рассыпчатая       | 180         | 3,42         | 2,70         | 19,98        | 122                              | 11,88           |
| 2 - Пудинг из творога со сметаной    | 154         | 17,96        | 21,24        | 30,48        | 466                              | 80,41           |
| 3 - Нагетсы куриные                  | 75          | 5,48         | 5,70         | 23,87        | 175                              | 68,98           |
| 3 - Макароны отварные с маслом       | 155         | 5,08         | 4,26         | 32,81        | 190                              | 11,42           |
| <b>Дополнение</b>                    |             | <b>8</b>     | <b>3,91</b>  | <b>51,2</b>  | <b>268</b>                       | <b>26,40</b>    |
| 1 - Кофейный напиток                 | 200         | 3,17         | 2,78         | 15,95        | 101                              | 19,29           |
| 1 - Хлеб пшеничный                   | 39          | 2,73         | 0,78         | 19,50        | 93                               | 3,60            |
| 1 - Хлеб ржаной                      | 35          | 2,10         | 0,35         | 15,75        | 74                               | 3,51            |
|                                      |             | <b>25,42</b> | <b>22,26</b> | <b>92,86</b> | <b>711,34</b>                    | <b>122,96</b>   |

Принял:

Заведующий  
производством  
должность

*Шарова*  
подпись

*Шарова*  
расшифровка подписи