

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"

Краснододов В. А.



«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

Утверждено



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

Возраст: 7-11 лет

Категория: 1-4 классы

Дата: 28.11.2024 Циклическое меню: Неделя: 2 День: 4

** очищенный картофель

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм | | | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры | Цена продуктового набора в рублях | Цена всего в рублях |
|----------------|---|------------------|-------------------------|--------------|---------------|-------------------------------|-------------|-----------------------------------|---------------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | | | |
| Завтрак | Овощи в нарезке (помидор свежий) | 75 | 0,88 | 0,13 | 2,88 | 16 | 54-3з-2022 | 13,01 | 16,91 |
| | Омлет с картофелем (запеченный) | 150 | 13,20 | 15,90 | 11,25 | 284 | 345-2004 | 40,51 | 60,77 |
| | Чай с сахаром и лимоном | 200 | 0,30 | | 6,70 | 28 | 54-3гн-2022 | 2,32 | 3,48 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,10 | 0,60 | 15,00 | 72 | Пром.1 | 2,77 | 3,32 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1,20 | 0,20 | 9,00 | 42 | Пром.2 | 2,12 | 2,54 |
| | Кондитерские изделия (пряники) | 25 | 0,55 | 0,41 | 6,82 | 130 | Пром. | 8,90 | 11,57 |
| | Итого за рацион питания : | 500 | 18,23 | 17,24 | 51,65 | 572 | | 69,63 | 98,59 |
| Обед | Салат из белокочанной капусты с морковью | 60 | 0,78 | 1,94 | 3,87 | 36 | 45-2017 | 3,76 | 5,64 |
| | Суп картофельный с мясными фрикадельками (200/25) | 225 | 7,64 | 5,50 | 16,70 | 149 | 137-2004 | 28,50 | 42,76 |
| | Рыба запеченная "Фиш-ка" (минтай) | 90 | 10,30 | 12,87 | 3,75 | 214 | ТК № О/6 | 35,94 | 53,91 |
| | Картофель отварной с зеленью | 150 | 3,05 | 4,94 | 24,15 | 182 | 634-2022 | 17,61 | 26,42 |
| | Сок натуральный | 180 | 0,90 | | 18,18 | 76 | Пром. | 14,40 | 18,72 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 2,80 | 0,80 | 20,00 | 96 | Пром. 5 | 3,69 | 4,43 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1,20 | 0,20 | 9,00 | 42 | Пром.2 | 2,12 | 2,54 |
| | Фрукты свежие (яблоко) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47 | Пром.3 | 7,40 | 9,62 |
| | Итого за рацион питания : | 865 | 27,07 | 26,65 | 105,45 | 842 | | 113,42 | 164,04 |
| Полдник | Расстегай с мясом | 75 | 9,43 | 8,04 | 22,48 | 267 | П/9 | 21,65 | 32,47 |
| | Чай с молоком | 180 | 1,44 | 0,99 | 7,83 | 46 | 54-4гн-2022 | 4,43 | 6,65 |
| | Фрукты свежие (мандарин) | 100 | 0,80 | 0,20 | 7,50 | 38 | Пром.4 | 14,50 | 18,85 |
| | Итого за рацион питания : | 355 | 11,67 | 9,23 | 37,81 | 351 | | 40,58 | 57,97 |
| ВСЕГО : | | 1 720 | 56,97 | 53,12 | 194,91 | 1 765 | | 223,63 | 320,60 |

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи