

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО «Школьное питание»

/Шевченко М. С.

Руководитель общеобразовательной организации

«СОГЛАСОВАНО»

ДИРЕКТОР

МАОУ

СОШ № 5

МЕС

Ежедневное меню основного (организованного) питания **

Возрастная категория питающихся: 7 - 11 лет , ОВЗ, дети-инвалиды

Дата: 01.03.2024

Неделя по циклическому меню: 2

День циклическому меню: 5

** очищенный картофель

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептур	Цена продукта в рублях	Цена всего в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы				
Завтрак	Огурцы соленные	100	0,80	0,10	1,70	10	70-17	12,65	16,45
	Гратен из печени	90	15,99	10,15	6,71	206	ТК	33,10	49,41
	Макароны отварные с овощами	150	5,17	5,99	28,52	188	205-17	8,32	12,47
	Сок фруктовый	180	0,90		18,18	76	389-17,ТК	14,40	18,72
	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	72	ТК	2,40	2,88
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42	ТК	1,83	2,20
	Итого за рацион питания :	570	26,16	17,04	79,11	594		72,70	102,13
Обед	Икра кабачковая порционно	60	1,13	4,80	4,70	66	6-18	8,28	10,76
	Борщ с капустой белокочанной и картофелем	200	1,60	4,16	4,16	84	110-04	8,50	12,72
	Рыба, запеченная с маслом	90/5	14,58	13,59	3,96	226	ТК	44,77	67,14
	Картофель отварной с луком	150	3,20	8,40	26,10	182	204-04	19,86	29,80
	Фрукты (Яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47	ТК	7,40	9,62
	Сок фруктовый	200	1,00		20,20	85	389-17,ТК	16,00	20,80
	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	96	ТК	3,20	3,84
	Хлеб ржаной	30	1,80	0,30	13,50	63	ТК	2,75	3,30
	Итого за рацион питания :	875	26,51	32,45	102,42	849		110,76	157,98
Полдник	Бутерброд с сыром	60	11,90	16,40	41,60	183	ТК	21,28	31,21
	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107	382-17	9,09	13,64
	Фрукты (Яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47	ТК	7,40	9,62
	Итого за рацион питания :	340	15,97	19,99	67,22	337		37,77	54,47