

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО «Школьное питание»

 Шегелев М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

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

Возрастная категория обучающихся: 12 и старше в том числе: ОВЗ, дети-инвалиды, дети мобилизованных, дети погибших, многодетные

Дата: 19.09.2024

Неделя по циклическому меню: 1

День циклическому меню: 4

\*\* очищенный картофель

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептур	Цена продукта всего набора в рублях	Цена всего в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы				
Завтрак	Кукуруза сахарная	100	2,00	0,33	10,17	52	54-21з-2022	32,49	42,23
	Омлет с морковью	200	16,15	18,83	6,39	268	54-3о-2022	45,88	68,84
	Сок натуральный	200	1,00		20,20	85	Пром.	16,00	20,80
	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
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.3	7,40	9,62
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>650</b>	<b>22,85</b>	<b>20,36</b>	<b>70,56</b>	<b>566</b>		<b>106,66</b>	<b>147,35</b>
Обед	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	1,31	3,25	6,46	60	45-2017	6,27	9,40
	Суп гороховый	250	5,30	5,02	19,90	146	54-8с-2022	7,23	10,83
	Биточки (говядина)	100	15,90	14,40	16,00	261	451-2004	57,45	85,70
	Картофельное пюре	180	3,84	6,24	23,76	167	54-11г-2022	21,05	31,57
	Компот из кураги	200	1,00	0,10	15,69	67	54-2кн-2022	8,24	12,38
	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
	Кондитерские изделия (ирис)	25	0,85	1,95	23,30	120	Пром.	9,48	12,32
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>915</b>	<b>32,2</b>	<b>31,96</b>	<b>134,11</b>	<b>959</b>		<b>115,53</b>	<b>169,17</b>
Полдник	Котлета куринная, запеченная в тесте	100	9,65	10,41	33,17	273	ТК № П/5	23,67	35,24
	Чай с молоком	200	1,60	1,10	8,70	51	54-4гн-2022	4,93	7,40
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.3	7,40	9,62
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>400</b>	<b>11,65</b>	<b>11,91</b>	<b>51,67</b>	<b>371</b>		<b>36,00</b>	<b>52,26</b>
<b>ВСЕГО :</b>	<b>1 965</b>	<b>66,7</b>	<b>64,23</b>	<b>256,34</b>	<b>1 896</b>		<b>258,19</b>	<b>368,78</b>	



## М Е Н Ю (выбор)

**19.09.2024**

**12 и старше (5-11кл.)**

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, г	Б, г	Ж, г	У, г	Энергетическая ценность, Ккал	Стоимость, руб.		
						продукт. набор	услуга	ИТОГО
<b>Салат</b>		1,31	3,25	6,46	60	6,27	3,13	9,40
1 - Салат из белокачанной капусты с морковью	100	1,31	3,25	6,46	60	6,27	3,13	9,40
<b>Основное</b>		21,96	26,68	31,64	456	72,53	34,10	106,63
1 - Омлет натуральный	240	20,32	28,80	5,28	361	62,03	28,95	90,98
1 - Сыр твердых сортов в нарезке	15	3,50	4,40		54	10,60	5,30	15,90
2 - Биточки (говядина)	100	15,90	14,40	16,00	261	57,45	26,47	83,92
2 - Рис припущенный	180	4,20	5,76	42,00	236	14,98	7,48	22,46
<b>Дополнение</b>		3,5	0,69	33,12	150	11,38	4,50	15,88
1 - Компот из кураги	180	0,90	0,09	14,12	60	7,42	3,71	11,13
1 - Хлеб пшеничный	20	1,40	0,40	10,00	48	1,84	0,37	2,21
1 - Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42	2,12	0,42	2,54
<b>Итого :</b>		26,77	30,62	71,22	666	90,18	41,73	131,91

Принял:

Заведующий  
производством  
должность

*Марица*  
подпись

*Марица*  
расшифровка подписи