

«УТВЕРЖДЕНО»

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"

Руководитель общеобразовательной организации

Шевченко М. С.

/

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

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

Дата: 22.05.2024

Неделя по цикличному меню: 2

День цикличному меню: 3

\*\* очищенный картофель

| Прием пищи                       | Наименование блюда                                  | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |              |              | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептур    | Цена продукта нового набора в рублях | Цена всего в рублях |
|----------------------------------|---|------------------|-------------------------|--------------|--------------|-------------------------------|---------------|--------------------------------------|---------------------|
|                                  |   |                  | Белки                   | Жиры         | Углеводы     |                               |               |                                      |                     |
| Завтрак                          | Котлета рыбная                                      | 100              | 14,80                   | 13,90        | 11,80        | 164                           | 234-17,Т<br>К | 29,76                                | 44,22               |
|                                  | Картофель отварной                                  | 150              | 3,00                    | 7,65         | 23,85        | 182                           | 518-04        | 13,63                                | 20,44               |
|                                  | Сок фруктовый                                       | 180              | 0,90                    |              | 18,18        | 76                            | 389-17,Т<br>К | 14,40                                | 18,72               |
|                                  | Фрукты (Яблоки)                                     | 100              | 0,40                    | 0,40         | 9,80         | 47                            | ТК            | 7,40                                 | 9,62                |
|                                  | 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                |
|                                  | <b>Итого за рацион питания :</b>                    | <b>580</b>       | <b>22,4</b>             | <b>22,75</b> | <b>87,63</b> | <b>583</b>                    |               | <b>69,42</b>                         | <b>98,08</b>        |
| Обед                             | Ассорти овощное (морковь отварная, свекла отварная) | 60(30/30)        | 0,78                    | 0,09         | 4,74         | 22                            | ТК            | 3,20                                 | 4,80                |
|                                  | Суп с макаронными изделиями                         | 200              | 1,91                    | 4,06         | 10,40        | 97                            | 147-04        | 2,76                                 | 4,14                |
|                                  | Филе птицы, тушенное в сметанном соусе              | 70/25            | 14,69                   | 5,57         | 3,10         | 220                           | ТК            | 49,24                                | 73,85               |
|                                  | Каша гречневая рассыпчатая с маслом                 | 150              | 4,79                    | 4,44         | 30,89        | 244                           | 302-17        | 11,10                                | 16,64               |
|                                  | Чай с сахаром и лимоном                             | 200              | 0,13                    |              | 10,20        | 42                            | ТК            | 2,44                                 | 3,65                |
|                                  | Хлеб пшеничный                                      | 50               | 3,50                    | 1,00         | 25,00        | 120                           | ТК            | 4,00                                 | 4,80                |
|                                  | Хлеб ржаной   | 30               | 1,80                    | 0,30         | 13,50        | 63                            | ТК            | 2,75                                 | 3,30                |
| <b>Итого за рацион питания :</b> | <b>725</b>  | <b>27,6</b>      | <b>15,46</b>            | <b>97,83</b> | <b>808</b>   |                               | <b>75,49</b>  | <b>111,18</b>                        |                     |
| Полдник                          | Расстегай с мясом                                   | 100              | 15,57                   | 10,72        | 29,97        | 250                           | 743-04        | 29,17                                | 43,78               |
|                                  | Сок фруктовый                                       | 200              | 1,00                    |              | 20,20        | 85                            | 389-17,Т<br>К | 16,00                                | 20,80               |
|                                  | <b>Итого за рацион питания :</b>                    | <b>300</b>       | <b>16,57</b>            | <b>10,72</b> | <b>50,17</b> | <b>335</b>                    |               | <b>45,17</b>                         | <b>64,58</b>        |