

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО «Школьное питание»

/Шевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

/



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

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

Дата: 08.12.2023

Неделя по циклическому меню: 1

День циклическому меню: 5

\*\* 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                          | Огурцы соленые                                   | 100              | 0,80                    | 0,10          | 1,70         | 10                            | 70-17          | 12,65                             | 16,45               |
|                                  | Рыба, запеченная с маслом                        | 95               | 14,58                   | 13,59         | 3,96         | 226                           | ТК             | 47,27                             | 70,91               |
|                                  | Картофельное пюре                                | 160              | 3,41                    | 5,55          | 21,12        | 149                           | 54-11г-20, ТК  | 15,47                             | 23,22               |
|                                  | Сок фруктовый                                    | 180              | 0,68                    |               | 18,51        | 77                            | 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                |
|                                  | <b>Итого за рацион питания :</b>                 | <b>585</b>       | <b>22,77</b>            | <b>20,04</b>  | <b>69,29</b> | <b>576</b>                    |                | <b>94,02</b>                      | <b>134,38</b>       |
| Обед                             | Сыр порционно                                    | 20               | 4,64                    | 5,90          |              | 72                            | 015-17         | 12,59                             | 18,88               |
|                                  | Суп картофельный с крупой пшеничной              | 200              | 1,68                    | 2,24          | 15,28        | 114                           | 138-04         | 6,43                              | 9,64                |
|                                  | Запеканка из творога с курагой со сметаной       | 155              | 7,25                    | 6,61          | 97,68        | 403                           | ТК             | 58,17                             | 87,28               |
|                                  | Чай с сахаром и лимоном                          | 200              | 0,13                    |               | 10,20        | 42                            | ТК             | 2,44                              | 3,65                |
|                                  | Фрукты (яблоки)                                  | 100              | 0,38                    | 0,35          | 8,92         | 40                            | ТК             | 7,40                              | 9,62                |
|                                  | Хлеб пшеничный                                   | 40               | 2,80                    | 0,80          | 20,00        | 96                            | ТК             | 3,20                              | 3,84                |
|                                  | Хлеб ржаной                                      | 20               | 1,20                    | 0,20          | 9,00         | 42                            | ТК             | 1,83                              | 2,20                |
| <b>Итого за рацион питания :</b> | <b>735</b>                                       | <b>18,08</b>     | <b>16,1</b>             | <b>161,08</b> | <b>809</b>   |                               | <b>92,06</b>   | <b>135,11</b>                     |                     |
| Полдник                          | Пирожки печеные из дрожжевого теста с картофелем | 100              | 6,03                    | 7,60          | 36,90        | 240                           | 405,406,467-17 | 7,96                              | 11,92               |
|                                  | Компот из вишни                                  | 200              | 0,20                    |               | 32,50        | 126                           | 342-17,ТК      | 9,37                              | 14,05               |
|                                  | <b>Итого за рацион питания :</b>                 | <b>300</b>       | <b>6,23</b>             | <b>7,6</b>    | <b>69,4</b>  | <b>366</b>                    |                | <b>17,33</b>                      | <b>25,97</b>        |