

«УТВЕРЖДЕНО»  
 Руководитель АНО "Школьное питание"

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

Шевченко М. С.

/

**Ежедневное меню  
 основного (организованного) питания**

Возрастная категория питающихся: 12 и старше, ОВЗ, дети-инвалиды

Дата: 14.02.2024

Неделя по цикличному меню: 2

День цикличному меню: 3

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	Котлета рыбная	100	14,80	13,90	11,80	164	234-17,ТК	29,53	43,88
	Картофель отварной	180	3,60	9,18	28,62	217,80	518-04	16,00	23,99
	Сок фруктовый	180	0,90	0	18,18	76,32	389-07	14,40	18,72
	Фрукты (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47	ТК	7,40	9,62
	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>640</b>	<b>25,00</b>	<b>24,78</b>	<b>106,9</b>	<b>688,12</b>		<b>74,08</b>	<b>104,31</b>
Обед	Салат из свеклы и зеленого горошка	100	1,48	8,88	7,56	116	11-17	7,62	10,99
	Суп с макаронными изделиями	250	2,39	5,08	13,00	121	147-04	3,42	5,13
	Филе птицы, тушенное в сметанном соусе	100/20	13,90	9,40	4,60	200,29	ТК	61,77	92,66
	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180	5,75	5,33	37,07	248,40	302-17	12,90	19,35
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0	10,20	42	ТК	2,44	3,65
	Фрукты (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47	ТК	7,40	9,62
	Хлеб пшеничный	60	4,20	1,20	30,00	143,40	ТК	4,80	5,76
	Хлеб ржаной	40	2,40	0,40	18,00	84	ТК	3,67	4,40
<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>1 050</b>	<b>30,65</b>	<b>30,69</b>	<b>130,23</b>	<b>1002,09</b>		<b>104,02</b>	<b>151,56</b>	
Полдник	Котлета куриная, запеченная в тесте	100	11,99	10,41	33,17	233,88	ТК	23,63	35,22
	Сок фруктовый	180	0,90	0	18,18	76,32	389-07	14,40	18,72
	Фрукты (яблоки)	100	0,40	0,40	9,8	47	ТК	7,40	9,62
	Кондитерские изделия (вафли топленое молоко 15г)	15	2,10	2,7	10,8	122,4	ТК	4,30	5,59
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>395</b>	<b>15,39</b>	<b>13,51</b>	<b>71,95</b>	<b>479,6</b>		<b>49,73</b>	<b>69,15</b>