

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"

Шевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

/

**Ежедневное меню  
основного (организованного) питания**

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

Дата: 19.03.2024

Неделя по цикличному меню: 1

День цикличному меню: 2

| 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    | Капуста квашеная                 | 100              | 1,60                    | 0,10         | 5,20          | 27                            | ТК          | 14,35                             | 18,65               |
|            | Шницель говяжий                  | 100              | 15,90                   | 14,40        | 16,00         | 279                           | 451-04      | 57,04                             | 85,12               |
|            | Картофельное пюре                | 180              | 3,84                    | 6,24         | 23,76         | 167                           | 54-11       | 18,04                             | 27,04               |
|            | Чай с сахаром и лимоном          | 200              | 0,13                    |              | 10,20         | 42                            | ТК          | 2,44                              | 3,65                |
|            | Хлеб пшеничный                   | 30               | 2,10                    | 0,60         | 15,00         | 72                            | ТК          | 2,40                              | 2,88                |
|            | 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>25,37</b>            | <b>21,64</b> | <b>83,66</b>  | <b>650</b>                    |             | <b>97,02</b>                      | <b>140,64</b>       |
| Обед       | Суп из овощей                    | 250              | 2,20                    | 4,40         | 12,40         | 99                            | 135-04      | 10,66                             | 15,62               |
|            | Гратен из печени                 | 120              | 21,32                   | 13,53        | 8,95          | 245                           | ТК          | 44,01                             | 65,66               |
|            | Ризотто с овощами                | 180              | 4,84                    | 9,58         | 39,42         | 236                           | ТК          | 21,55                             | 29,39               |
|            | Сок фруктовый                    | 180              | 0,90                    |              | 18,18         | 76                            | 389-17,ТК   | 14,40                             | 18,72               |
|            | Ирис молочный                    | 25               | 1,00                    | 2,00         | 24,00         | 120                           | ТК          | 9,48                              | 12,32               |
|            | 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                      | 40               | 2,40                    | 0,40         | 18,00         | 84                            | ТК          | 3,67                              | 4,40                |
|            | <b>Итого за рацион питания :</b> | <b>945</b>       | <b>36,56</b>            | <b>31,31</b> | <b>155,75</b> | <b>1 027</b>                  |             | <b>115,17</b>                     | <b>160,53</b>       |
| Полдник    | Булочка с сыром                  | 100              | 19,83                   | 27,33        | 69,33         | 305                           | ТК          | 17,57                             | 26,36               |
|            | Чай с сахаром и лимоном          | 200              | 0,13                    |              | 10,20         | 42                            | ТК          | 2,44                              | 3,65                |
|            | Фрукты (Яблоки)                  | 100              | 0,40                    | 0,40         | 9,80          | 47                            | ТК          | 7,40                              | 9,62                |
|            | <b>Итого за рацион питания :</b> | <b>400</b>       | <b>20,36</b>            | <b>27,73</b> | <b>89,33</b>  | <b>394</b>                    |             | <b>27,41</b>                      | <b>39,63</b>        |