

«УТВЕРЖДЕНО»  
Руководитель АНО "Школьное питание"

«СОГЛАСОВАНО»  
Руководитель общеобразовательной организации

Щевченко М. С.



**Ежедневное меню  
основного (организованного) питания**

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

Дата: 24.04.2024

Неделя по цикличному меню: 1

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    | Сыр порционно                       | 10               | 2,32                    | 2,95         |               | 36                            | 015-17        | 6,29                              | 9,44                |
|            | Пудинг из творога со сметаной       | 200/5            | 16,60                   | 19,70        | 32,27         | 402                           | 362-04        | 68,64                             | 103,00              |
|            | Кефир порционно                     | 200              | 5,80                    | 5,00         | 8,00          | 100                           | 386-17,Т<br>К | 15,11                             | 19,64               |
|            | Фрукты(Апельсины)                   | 100              | 0,90                    | 0,20         | 8,10          | 38                            | 393-16        | 10,00                             | 13,00               |
|            | 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>575</b>       | <b>29,52</b>            | <b>28,75</b> | <b>76,87</b>  | <b>711</b>                    |               | <b>105,19</b>                     | <b>151,26</b>       |
| Обед       | Суп картофельный с горохом          | 250              | 6,20                    | 5,60         | 22,30         | 167                           | 139-4         | 9,80                              | 14,70               |
|            | Шницель рыбный натуральный с маслом | 100/5            | 13,02                   | 14,51        | 7,98          | 230                           | 235-17        | 40,22                             | 60,31               |
|            | Картофель отварной                  | 180              | 3,60                    | 9,18         | 28,62         | 218                           | 518-04        | 17,01                             | 25,50               |
|            | Какао с молоком                     | 200              | 4,07                    | 3,54         | 17,57         | 119                           | 382-17        | 10,10                             | 15,15               |
|            | 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                         | 50               | 3,00                    | 0,50         | 22,50         | 105                           | ТК            | 4,58                              | 5,50                |
|            | <b>Итого за рацион питания :</b>    | <b>935</b>       | <b>33,79</b>            | <b>34,73</b> | <b>133,77</b> | <b>1 006</b>                  |               | <b>93,11</b>                      | <b>135,58</b>       |
| Полдник    | Ватрушка с творогом                 | 100              | 12,30                   | 7,31         | 38,90         | 269                           | 410-17        | 18,61                             | 27,90               |
|            | Кефир порционно                     | 250              | 7,25                    | 6,25         | 10,00         | 125                           | 386-17,Т<br>К | 18,89                             | 24,55               |
|            | <b>Итого за рацион питания :</b>    | <b>350</b>       | <b>19,55</b>            | <b>13,56</b> | <b>48,9</b>   | <b>394</b>                    |               | <b>37,50</b>                      | <b>52,45</b>        |