

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО «Школьное питание»

Шевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

Г.Е. Ю. Лешинская

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

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

Дата: 02.12.2023

Неделя по цикличному меню: 2

День цикличному меню: 6

\*\* 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    | Салат из моркови с сухофруктами  | 100              | 1,36                    | 4,47         | 11,58        | 92                            | №76, стр.39   | 9,27                              | 13,89               |
|            | Пудинг из творога со сметаной    | 205              | 23,90                   | 28,27        | 40,57        | 621                           | 362-04        | 71,49                             | 107,23              |
|            | Хлеб ржаной                      | 25               | 1,50                    | 0,25         | 11,25        | 53                            | ТК            | 2,29                              | 2,75                |
|            | Хлеб пшеничный                   | 35               | 2,45                    | 0,70         | 17,50        | 84                            | ТК            | 2,80                              | 3,36                |
|            | Компот из смеси сухофруктов      | 200              | 0,09                    |              | 17,00        | 68                            | №495, стр.299 | 6,83                              | 10,24               |
|            | <b>Итого за рацион питания :</b> | <b>565</b>       | <b>29,3</b>             | <b>33,69</b> | <b>97,9</b>  | <b>918</b>                    |               | <b>92,68</b>                      | <b>137,47</b>       |
| Обед       | Горошек консервированный         | 100              | 3,00                    | 0,50         | 7,30         | 58                            | 177-17        | 22,91                             | 29,78               |
|            | Суп с лапшой                     | 250              | 0,33                    | 3,33         | 1,68         | 38                            | 280 стр.151   | 3,25                              | 4,87                |
|            | Жаркое по-домашнему              | 300              | 25,76                   | 29,64        | 29,07        | 486                           | №504, стр.291 | 106,99                            | 160,48              |
|            | Чай с сахаром                    | 200              | 0,07                    | 0,02         | 10,00        | 40                            | ТК            | 1,82                              | 2,72                |
|            | Хлеб пшеничный                   | 28               | 1,96                    | 0,56         | 14,00        | 67                            | ТК            | 2,24                              | 2,69                |
|            | Хлеб ржаной                      | 20               | 1,20                    | 0,20         | 9,00         | 42                            | ТК            | 1,83                              | 2,20                |
|            | <b>Итого за рацион питания :</b> | <b>898</b>       | <b>32,32</b>            | <b>34,25</b> | <b>71,05</b> | <b>731</b>                    |               | <b>139,04</b>                     | <b>202,74</b>       |
| Полдник    | Фрукты (яблоки)                  | 100              | 0,38                    | 0,35         | 8,92         | 40                            | ТК            | 7,40                              | 9,62                |
|            | Сок фруктовый                    | 200              | 0,76                    |              | 20,57        | 86                            | 389-17,Т К    | 16,00                             | 20,80               |
|            | Булочка творожная                | 100              | 6,54                    | 3,03         | 19,34        | 150                           | 440-17        | 17,03                             | 25,55               |
|            | <b>Итого за рацион питания :</b> | <b>400</b>       | <b>7,68</b>             | <b>3,38</b>  | <b>48,83</b> | <b>276</b>                    |               | <b>40,43</b>                      | <b>55,97</b>        |