

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"

Шевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

Е.Ю. Лещинская

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

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

Дата: 13.12.2023

Неделя по цикличному меню: 2

День цикличному меню: 3

\*\* 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    | Котлета рыбная                         | 100              | 14,80                   | 13,90        | 11,80        | 164                           | 234-17,Т<br>К | 29,53                             | 43,88               |
|            | Картофель отварной                     | 150              | 3,00                    | 7,65         | 23,85        | 182                           | 518-04        | 13,60                             | 20,40               |
|            | Сок фруктовый                          | 180              | 0,68                    |              | 18,51        | 77                            | 389-17,Т<br>К | 14,40                             | 18,72               |
|            | Фрукты (яблоки)                        | 100              | 0,38                    | 0,35         | 8,92         | 40                            | ТК            | 7,40                              | 9,62                |
|            | 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>580</b>       | <b>22,16</b>            | <b>22,7</b>  | <b>87,08</b> | <b>577</b>                    |               | <b>69,16</b>                      | <b>97,70</b>        |
| Обед       | Ассорти из соленых овощей              | 60               | 0,57                    | 0,36         | 0,62         | 9                             | 70-17         | 7,27                              | 9,43                |
|            | Суп с макаронными изделиями            | 200              | 1,91                    | 4,06         | 10,40        | 97                            | 147-04        | 3,01                              | 4,49                |
|            | Филе птицы, тушенное в сметанном соусе | 95               | 14,94                   | 5,67         | 3,15         | 223                           | ТК            | 48,90                             | 73,36               |
|            | Капша гречневая рассыпчатая с маслом   | 150              | 4,79                    | 4,44         | 30,89        | 244                           | 302-17        | 10,75                             | 16,13               |
|            | Чай с сахаром и лимоном                | 200              | 0,13                    |              | 10,20        | 42                            | ТК            | 2,44                              | 3,65                |
|            | 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>785</b>       | <b>27,64</b>            | <b>15,83</b> | <b>93,76</b> | <b>798</b>                    |               | <b>79,12</b>                      | <b>115,16</b>       |
| Полдник    | Расстегай с мясом                      | 100              | 15,57                   | 10,72        | 29,97        | 250                           | 743-04        | 25,85                             | 38,79               |
|            | Сок фруктовый                          | 200              | 0,76                    |              | 20,57        | 86                            | 389-17,Т<br>К | 16,00                             | 20,80               |
|            | <b>Итого за рацион питания :</b>       | <b>300</b>       | <b>16,33</b>            | <b>10,72</b> | <b>50,54</b> | <b>336</b>                    |               | <b>41,85</b>                      | <b>59,59</b>        |