

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"

Шевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

Е. Ю. Пелехова  
МАОУ  
ООШ № 81

**Ежедневное меню**

**основного (организованного) питания\*\***

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

Дата: 15.11.2023

Неделя по цикличному меню: 2

День цикличному меню: 3

\*\*картофель очищенный

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептур	Цена продуктового набора в рублях	Цена всего в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы				
Завтрак	Котлета рыбная (филе минтай)	100	14,80	13,90	11,80	164	234-17,Т К	29,48	43,81
	Картофель отварной	150	3,00	7,65	23,85	182	518-04	13,11	19,67
	Сок фруктовый	180	0,68		18,51	77	389-17,Т 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	2,31	2,77
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42	ТК	1,67	2,00
	<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>68,37</b>	<b>96,59</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
	Каша 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	2,05	3,07
	Хлеб пшеничный	50	3,50	1,00	25,00	120	ТК	3,85	4,62
	Хлеб ржаной	30	1,80	0,30	13,50	63	ТК	2,51	3,01
	<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>78,34</b>	<b>114,11</b>
Полдник	Расстегай с мясом	100	15,57	10,72	29,97	250	743-04	27,08	40,63
	Сок фруктовый	200	0,76		20,57	86	389-17,Т 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>43,08</b>	<b>61,43</b>