

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"

/Шевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»  
Руководитель общеобразовательной организации

МАОУ Е.Ю. Желкова  
ООШ № 81

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

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

Дата: 19.02.2024

Неделя по цикличному меню: 1

День цикличному меню: 1

\*\* очищенный картофель

| 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    | Каша вязкая молочная рисовая с маслом     | 190/10           | 5,71                    | 10,33        | 40,90         | 280                           | №174-17, ТК | 17,78                             | 26,67               |
|            | Кофейный напиток                          | 200              | 3,17                    | 2,78         | 15,95         | 101                           | ТК          | 12,86                             | 19,29               |
|            | Фрукты (яблоки)                           | 100              | 0,40                    | 0,40         | 9,80          | 47                            | 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>550</b>       | <b>12,58</b>            | <b>14,31</b> | <b>90,65</b>  | <b>542</b>                    |             | <b>42,27</b>                      | <b>60,66</b>        |
| Обед       | Салат из соленых огурцов с луком          | 60               | 0,49                    | 3,02         | 1,10          | 34                            | 21-17       | 7,78                              | 10,28               |
|            | Борщ с капустой белокочанной и картофелем | 200              | 1,60                    | 4,16         | 4,16          | 84                            | 110-04      | 9,27                              | 13,90               |
|            | Наггетсы куриные                          | 100              | 7,30                    | 7,60         | 31,82         | 234                           | ТК          | 61,52                             | 92,26               |
|            | Макароны отварные с овощами               | 150              | 5,17                    | 5,99         | 28,52         | 188                           | 205-17      | 9,41                              | 14,11               |
|            | Чай с сахаром                             | 200              | 0,07                    | 0,02         | 10,00         | 40                            | ТК          | 1,82                              | 2,72                |
|            | Фрукты (яблоки)                           | 100              | 0,40                    | 0,40         | 9,80          | 47                            | ТК          | 7,40                              | 9,62                |
|            | Хлеб пшеничный                            | 40               | 2,80                    | 0,80         | 20,00         | 96                            | ТК          | 3,20                              | 3,84                |
|            | Хлеб ржаной                               | 30               | 1,80                    | 0,30         | 13,50         | 63                            | ТК          | 2,75                              | 3,30                |
|            | <b>Итого за рацион питания :</b>          | <b>880</b>       | <b>19,63</b>            | <b>22,29</b> | <b>118,90</b> | <b>786</b>                    |             | <b>103,15</b>                     | <b>150,03</b>       |
| Полдник    | Кулебяка с капустой                       | 100              | 6,03                    | 5,83         | 31,23         | 203                           | 742-04      | 8,15                              | 12,20               |
|            | Кофейный напиток                          | 200              | 3,17                    | 2,78         | 15,95         | 101                           | ТК          | 12,86                             | 19,29               |
|            | 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>9,60</b>             | <b>9,01</b>  | <b>56,98</b>  | <b>351</b>                    |             | <b>28,41</b>                      | <b>41,11</b>        |