

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО Школьное питание  
Шевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель образовательной организации

Ежедневное меню  
основного (организованного) питания\*\*

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

Дата: 08.11.2023

Неделя по циклическому меню: 1

День циклическому меню: 3

\*\*картофель очищенный

| Примечание                       | Наименование блюда                                | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |               |              | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептур    | Цена продукта одного 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                     | 205              | 23,90                   | 28,27         | 40,57        | 621                           | 362-04        | 71,37                                | 107,04              |
|                                  | Кефир порционно                                   | 200              | 5,46                    | 4,40          | 7,28         | 90                            | 386-17,Т<br>К | 15,11                                | 19,64               |
|                                  | 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                                       | 30               | 1,80                    | 0,30          | 13,50        | 63                            | ТК            | 2,51                                 | 3,01                |
|                                  | <b>Итого за рацион питания :</b>                  | <b>575</b>       | <b>35,96</b>            | <b>36,87</b>  | <b>85,27</b> | <b>922</b>                    |               | <b>104,99</b>                        | <b>151,52</b>       |
| Обед                             | Суп картофельный с горохом                        | 250              | 6,20                    | 5,60          | 22,30        | 167                           | ТК            | 9,06                                 | 13,59               |
|                                  | Шницель рыбный натуральный (филе минтая) с маслом | 105              | 13,02                   | 14,51         | 7,98         | 230                           | 235-17        | 42,03                                | 63,03               |
|                                  | Картофель отварной                                | 180              | 3,60                    | 9,18          | 28,62        | 218                           | 518-04        | 15,73                                | 23,60               |
|                                  | Какао с молоком                                   | 200              | 3,54                    | 3,43          | 23,82        | 140                           | ТК            | 12,57                                | 18,87               |
|                                  | Фрукты (яблоки)                                   | 100              | 0,38                    | 0,35          | 8,92         | 40                            | ТК            | 7,40                                 | 9,62                |
|                                  | Хлеб пшеничный                                    | 50               | 3,50                    | 1,00          | 25,00        | 120                           | ТК            | 3,85                                 | 4,62                |
|                                  | Хлеб ржаной                                       | 50               | 3,00                    | 0,50          | 22,50        | 105                           | ТК            | 4,18                                 | 5,01                |
| <b>Итого за рацион питания :</b> | <b>935</b>  | <b>33,24</b>     | <b>34,57</b>            | <b>139,14</b> | <b>1 020</b> |                               | <b>94,82</b>  | <b>138,34</b>                        |                     |
| Полдник                          | Ватрушка с творогом                               | 100              | 11,29                   | 7,01          | 38,10        | 261                           | 410-17        | 20,97                                | 31,43               |
|                                  | Ряженка порционно                                 | 250              | 6,83                    | 5,30          | 9,55         | 115                           | 386-17,Т<br>К | 30,27                                | 39,36               |
|                                  | <b>Итого за рацион питания :</b>                  | <b>350</b>       | <b>18,12</b>            | <b>12,51</b>  | <b>47,65</b> | <b>376</b>                    |               | <b>51,24</b>                         | <b>70,79</b>        |

Зав. кафе  
Иванов

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школы № 57" Филия

Шевченко М.С.

«СОГЛАСОВАНО»  
Руководитель общеобразовательной организации

Иванов

Иванова

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

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

Дата: 08.11.2023

Неделя по циклическому меню: 1

День циклическому меню: 3

\*\*картофель очищенный

| Примечание | Наименование блюда                                | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |              |               | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептур    | Цена продукта в рубль | Цена всего в рублях |
|------------|---|------------------|-------------------------|--------------|---------------|-------------------------------|---------------|-----------------------|---------------------|
|            |   |                  | Белки                   | Жиры         | Углеводы      |                               |               |                       |                     |
| Завтрак    | Сыр порционно                                     | 20               | 4,64                    | 5,90         |               | 72                            | 015-17        | 12,59                 | 18,88               |
|            | Пудинг из творога со сметаной                     | 150              | 17,49                   | 20,69        | 29,69         | 454                           | 362-04        | 52,20                 | 78,33               |
|            | Кефир порционно                                   | 180              | 4,91                    | 3,96         | 6,55          | 81                            | 386-17,Т<br>К | 13,60                 | 17,68               |
|            | 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>500</b>       | <b>30,72</b>            | <b>31,7</b>  | <b>69,16</b>  | <b>761</b>                    |               | <b>89,77</b>          | <b>129,28</b>       |
| Обед       | Кукуруза консервированная                         | 60               | 1,20                    | 0,48         | 7,32          | 37                            | 173-17        | 18,72                 | 24,34               |
|            | Суп картофельный с горохом                        | 200              | 4,96                    | 4,48         | 17,84         | 134                           | ТК            | 7,25                  | 10,87               |
|            | Шницель рыбный натуральный (филе минтая) с маслом | 105              | 13,02                   | 14,51        | 7,98          | 230                           | 235-17        | 42,03                 | 63,03               |
|            | Картофель отварной                                | 150              | 3,00                    | 7,65         | 23,85         | 182                           | 518-04        | 13,11                 | 19,67               |
|            | Каша с молоком                                    | 180              | 3,19                    | 3,09         | 21,44         | 126                           | ТК            | 11,32                 | 16,97               |
|            | 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>775</b>       | <b>30,67</b>            | <b>31,51</b> | <b>116,93</b> | <b>892</b>                    |               | <b>98,79</b>          | <b>142,51</b>       |
| Полдник    | Ватрушка с творогом                               | 100              | 11,29                   | 7,01         | 38,10         | 261                           | 410-17        | 20,97                 | 31,43               |
|            | Роженика порционно                                | 200              | 5,46                    | 4,40         | 7,64          | 92                            | 386-17,Т<br>К | 24,22                 | 31,48               |
|            | <b>Итого за рацион питания :</b>                  | <b>300</b>       | <b>16,75</b>            | <b>11,41</b> | <b>45,74</b>  | <b>353</b>                    |               | <b>45,19</b>          | <b>62,91</b>        |

Зав. кафе







