



М Е Н Ю (выбор) **

10.01.2024

12 и старше (5-11кл.)

** оценочный вариант

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫПОД г	Б г	Ж г	Х г	Энергетическая ценность, Ккал	Стоимость, руб.
Салат		3,79	6,18	1,34	78,33	16,85
1 - Салат лордичино	20	4,64	6,93		72	16,66
2 - Салат из моркови с сыром	100	5,94	12,48	2,31	144	16,75
3 - Сгурцы соленные	100	0,80	0,10	1,70	10	18,91
Основное		17,38	17,06	33,46	368,33	82,78
1 - Пудинг из творога с джемом	170/15	14,15	16,70	24,03	308	92,57
2 - Котлеты "Московские"	100	15,90	14,40	19,00	238	81,14
2 - Каша пшеничная рассыпчатая	180	3,42	2,70	19,88	122	11,68
3 - Рыба, запеченная с луком и сыром	115	14,43	8,15	5,18	138	53,38
3 - Картофель отварной с луком	200	4,27	11,20	34,80	242	39,14
Дополнения		4,87	1,44	81,07	233	18,18
1 - Чай с сахаром	200	0,07	0,00	10,00	40	2,72
1 - Хлеб пшеничный	40	2,80	3,80	20,00	98	3,94
1 - Хлеб ржаной	27	1,82	3,27	12,15	57	2,97
1 - Фрукты (яблоки)	100	0,38	0,35	8,92	40	9,62
		38,88	34,85	88,87	877,68	130,70

Принят: _____
Заведующий производством
должность

подпись

расшифровка подписи

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школа питания"

Щетинина М.С.



«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

И.В. Климашева



**Ежедневное меню
основного (организованного) питания**

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

Дата: 10.01.2024

Неделя по циклическому меню: 1

День циклическому меню: 3

Пром. вид	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 порционный	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	72,25	108,36
	Кефир порционный	200	5,46	4,40	7,28	90	386-17,Т 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	2,40	2,88
	Хлеб ржаной	30	1,80	0,30	13,50	63	ТК	2,75	3,30
	Итого за рацион питания :	575	35,96	36,87	85,27	922		186,30	153,24
Обед	Суп картофельный с горохом	250	4,60	4,48	17,84	134	139-4	9,50	14,26
	Шницель рыбный натуральный с маслом	105	13,02	14,51	7,98	230	235-17	42,40	63,58
	Картофель отварной	180	3,60	9,18	28,62	218	518-04	16,00	23,99
	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	4,00	4,80
	Хлеб ржаной	50	3,00	0,50	22,50	105	ТК	4,58	5,50
Итого за рацион питания :	938	31,64	33,45	134,68	987		86,45	140,62	
Полдник	Ватрушка с творогом	100	11,29	7,01	38,10	261	410-17	19,51	29,25
	Кефир порционный	250	6,83	5,50	9,10	113	386-17,Т К	18,89	24,56
	Итого за рацион питания :	350	18,12	12,51	47,2	374		38,40	53,81

Зав. кафе













