

«УТВЕРЖДЕНО»
Руководитель АНО «Школьное питание»

Школьный шеф-повар Шавурико М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

М. В. Кумарова

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

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

Дата: 10.11.2023

Неделя по циклическому меню: 1

День циклическому меню: 5

**картофель очищенный

Прим. пиши	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	Ассорти из соевых овощей	110	1,05	0,66	1,14	17	70-17	13,31	17,30
	Рыба, запеченная с маслом (филе минтай)	115	17,65	16,45	4,79	273	TK	57,24	85,85
	Картофельное пюре	180	3,84	6,24	23,76	167	54-11г-20, TK	17,29	25,93
	Сок фруктовый	180	0,68		18,51	77	389-17,TK	14,40	18,72
	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	96	TK	3,08	3,70
	Хлеб ржаной	30	1,80	0,30	13,50	63	TK	2,51	3,01
Итого за рацион питания :		655	27,82	24,45	81,7	693		107,83	154,51
Обед	Суп картофельный с крупой (пшеничной)	250	2,10	2,80	19,10	143	138-04	7,73	11,61
	Запеканка из творога с курагой со сметаной	200	9,36	8,53	126,03	520	TK	75,01	112,52
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,13		10,20	42	TK	2,65	3,07
	Фрукты (яблоки)	100	0,38	0,35	8,92	40	TK	7,40	9,62
	Хлеб пшеничный	60	4,20	1,20	30,00	143	TK	4,62	5,54
	Хлеб ржаной	40	2,40	0,40	18,00	84	TK	3,34	4,01
Итого за рацион питания :		850	18,57	13,28	212,25	972		100,15	146,37
Полдник	Расстегай с мясом	100	15,57	10,72	29,97	250	743-04	27,08	40,63
	Компот из вишни	200	0,20		32,50	126	342-17,TK	9,22	13,83
	Фрукты (яблоки)	100	0,38	0,35	8,92	40	TK	7,40	9,62
Итого за рацион питания :		400	16,15	11,07	71,39	416		43,70	64,08

Ш. Шавурико

СОГЛАСОВАНО

Алиев А.А.

УТВЕРЖДЕНО

Директор

*(Шивченко М.С.)***М Е Н Ю (выбор)******10.11.2023****12 и старше (2-11кл.)**

**картофель очищенный

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, г	Б, г	Ж, г	У, г	Энергетическая ценность, Ккал	Стоимость, руб.
Салат		1,65	3	8,11	66,67	10,22
1 - Морковные палочки	135	1,76	0,14	9,32	47	10,13
2 - Салат витаминный	100	1,50	4,40	4,50	64	10,45
3 - Икра свекольная	100	1,66	4,47	10,40	69	10,09
Основное		18,54	18,28	39,53	385,67	92,21
1 - Филе минтая запеченное	80	12,28	11,44	3,33	190	59,64
1 - Рис с кукурузой и морковью	156	3,29	6,70	24,37	171	32,41
2 - Гречка по-Кубански с говядиной	160	23,09	8,32	63,79	414	92,28
3 - Котлета "Школьная"	100	14,70	11,66	12,70	243	71,91
3 - Рагу из овощей с зеленым горошком	160	2,25	6,01	14,41	139	20,40
Дополнение		5,34	1,51	55,31	252	29,94
1 - Чай с сахаром	200	0,07	0,02	10,00	40	2,72
1 - Хлеб пшеничный	35	2,45	0,70	17,50	84	3,23
1 - Хлеб ржаной	40	2,40	0,40	18,00	84	4,01
1 - Фрукты (яблоки)	110	0,42	0,38	9,81	44	10,58
		25,53	19,89	102,93	794,34	122,97

Принят:

Заведующий
производством

должность

Алиев А.А.

подпись

Шивченко М.С.

электронная подпись

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"

Шевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель образовательной организации

Чай

№ 1031

№ 53

Ежедневное меню
основного (организованного) питания**

Возрастная категория питателей: 7 - 14 лет, ОВЗ, дети-инвалиды

Дата: 10.11.2023

Неделя по циклическому меню: 1

День циклического меню: 5

**картофель очищенный

Пример пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептур	Цена продукта набора в рублях	Цена всего в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы				
Завтрак	Омлет сырный	100	0,80	0,10	1,70	10	70-17	12,65	16,45
	Рыба, запеченная с маслом (филе индейки)	95	14,58	13,59	3,96	226	TK	47,27	70,91
	Картофельное пюре	160	3,41	5,55	21,12	149	54-11г-20, TK	15,37	23,06
	Сок фруктовый	180	0,68		18,51	77	389-17,TK	14,40	18,72
	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	72	TK	2,31	2,77
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42	TK	1,67	2,00
	Итого за рацион питания:	585	22,77	20,04	69,29	576		93,67	133,91
Обед	Сыр порционный	20	4,64	5,90		72	015-17	12,59	18,88
	Суп картофельный с крупой (пшеничной)	200	1,68	2,24	15,28	114	138-04	6,19	9,28
	Запеканка из творога с курагой со сметаной	155	7,25	6,61	97,68	403	TK	58,12	87,20
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,13		10,20	42	TK	2,05	3,07
	Фрукты (яблоки)	100	0,38	0,35	8,92	40	TK	7,40	9,62
	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	96	TK	3,08	3,70
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42	TK	1,67	2,00
Итого за рацион питания:	735	18,08	16,1	161,08	809		91,10	133,75	
Полдник	Пирожки печеные из дрожжевого теста с картофелем	100	6,03	7,60	36,90	240	406-17	9,61	14,40
	Компот из вишни	200	0,20		32,50	126	342-17,TK	9,22	13,83
	Итого за рацион питания:	300	6,23	7,6	69,4	366		18,83	28,23

Итого за рацион питания

















