

«УТВЕРЖДЕНО»  
Руководитель АНО «Школьное питание»

А.Шажено М.С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

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

Возрастная категория питательности: 7 - Подростки, ОБЗ, Дети-инвалиды

Дата: 18.12.2023

Неделя по численному меню: 1

День численному меню: 1

\*\* исключений нет

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	Каша вязкая молочная рисовая с маслом	200	5,71	10,33	40,90	280	№174	17,78	26,67
	Кофейный напиток	200	3,17	2,78	15,95	101	ТК	12,86	19,29
	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	20	1,20	0,20	9,00	42	ТК	1,83	2,20
<b>Итого за рацион питания:</b>		<b>550</b>	<b>12,56</b>	<b>14,26</b>	<b>89,77</b>	<b>535</b>		<b>42,27</b>	<b>60,66</b>
Обед	Салат из соевых 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	9,10	13,62
	Наггетсы куриные	100	7,30	7,60	31,82	234	ТК	61,72	92,55
	Макароны отварные с овощами	150	5,17	5,99	28,52	188	205-17	9,37	14,05
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	10,00	40	ТК	1,82	2,72
	Фрукты (яблоки)	100	0,38	0,35	8,92	40	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>19,61</b>	<b>22,24</b>	<b>118,83</b>	<b>779</b>		<b>103,14</b>	<b>149,98</b>
Полдник	Кувачка с капустой	100	6,03	5,83	31,23	203	742-04	8,26	12,38
	Кофейный напиток	200	3,17	2,78	15,95	101	ТК	12,86	19,29
	Фрукты (яблоки)	100	0,38	0,35	8,92	40	ТК	7,40	9,62
<b>Итого за рацион питания:</b>		<b>400</b>	<b>9,58</b>	<b>8,96</b>	<b>56,1</b>	<b>344</b>		<b>28,52</b>	<b>41,29</b>

Зав. ШП-и

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО «Школа питания»

Шевченко М. С.



«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

Иванова И. В.



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

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

Дата: 18.12.2023

Неделя по циклическому меню: 1

День циклическому меню: 1

\*\* типовой тариф.

Пример пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептур	Цена продукта этого набора в рублях	Цена всего в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы				
Завтрак	Сыр порционный	20	4,64	5,90		72	015-17	12,59	18,88
	Каша вязкая молочная рисовая с маслом	200	5,71	10,33	40,90	280	№174	17,78	26,67
	Кофейный напиток	200	3,17	2,78	15,95	101	ТК	12,86	19,29
	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	30	1,80	0,30	13,50	63	ТК	2,75	3,30
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>600</b>	<b>19,2</b>	<b>20,66</b>	<b>104,27</b>	<b>676</b>		<b>57,38</b>	<b>82,56</b>
Обед	Борщ с капустой белокочанной и варифасом	250	2,00	5,20	5,20	106	110-04	11,36	17,03
	Наггетсы куриные	100	7,30	7,60	31,82	234	ТК	61,72	92,55
	Макаронные изделия с овощами	180	6,21	7,19	34,23	226	205-17	11,25	16,87
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	10,00	40	ТК	1,82	2,72
	Пирожки печенье из дрожжевого теста с печенью	75	11,68	8,04	22,48	210	406-17	19,22	28,85
	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	96	ТК	3,20	3,84
	Хлеб ржаной	40	2,40	0,40	18,00	84	ТК	3,67	4,40
<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>885</b>	<b>32,46</b>	<b>29,25</b>	<b>141,73</b>	<b>996</b>		<b>112,24</b>	<b>166,26</b>	
Полдник	Кулебяка с капустой	150	9,05	8,75	46,85	304	742-04	12,38	18,57
	Кофейный напиток	200	3,17	2,78	15,95	101	ТК	12,86	19,29
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>350</b>	<b>12,22</b>	<b>11,53</b>	<b>62,8</b>	<b>405</b>		<b>25,24</b>	<b>37,86</b>

Итого за рацион питания

СОГЛАСОВАНО  
 Руководитель организации  
*Сидорова*



УТВЕРЖДЕНО  
 Директор  
*Шибиряков М. С. I*

## М Е Н Ю (выбор) \*\*

18.12.2023  
 12 и старше (8-11кл).  
 \*\* очищенный картофель

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Выход г	Б, г	Ж, г	У, г	Энергетическая ценность, Ккал	Стоимость, руб.
Салат		0,92	3,27	2,57	44	13,19
1 - Ассорти из соевых овощей	85	0,81	0,51	0,88	13	13,37
2 - Салат из кашеиной калусты	75	0,62	3,77	1,38	42	13,00
3 - Икра кабачковая	70	1,32	5,54	5,45	77	13,19
<b>Основное</b>		<b>19,56</b>	<b>17,15</b>	<b>22,37</b>	<b>308,33</b>	<b>79,74</b>
1 - Омлет с сыром запеченый	195	17,78	20,56	2,98	268	79,74
2 - Жаркое по-домашнему	180	18,27	19,17	11,43	292	79,70
3 - Наттеры куриные	70	5,11	5,32	22,27	164	64,80
3 - Макароны отварные с овощами	160	5,52	6,39	30,43	201	14,98
<b>Дополнение</b>		<b>3,35</b>	<b>9,85</b>	<b>42,9</b>	<b>191</b>	<b>30,07</b>
1 - Сок фруктовый	180	0,68		18,51	77	18,72
1 - Хлеб пшеничный	21	1,47	0,42	10,50	50	2,00
1 - Хлеб ржаной	15	0,90	0,15	8,75	32	1,65
1 - Фрукты (яблоки)	80	0,30	0,28	7,14	32	7,70
		<b>19,83</b>	<b>21,27</b>	<b>67,84</b>	<b>543,33</b>	<b>123,00</b>

Принят: \_\_\_\_\_  
 Заведующий производством  
 должность

*[Подпись]*  
 Подпись

*[Подпись]*  
 Заместитель директора



















