

СОГЛАСОВАНО  
руководитель организации



УТВЕРЖДЕНО  
Директор

Г. Шевченко М. С. /

## М Е Н Ю (выбор) \*\*

19.02.2024

12 и старше (5-11кл.)

\*\* расширенный рацион

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА                       | ВЫХОД,<br>г | Б,<br>г | Ж,<br>г | У,<br>г | Энергетическая<br>ценность, Ккал | Стоимость, руб. |
|--|-------------|---------|---------|---------|----------------------------------|-----------------|
| Салат                                    |             | 0,91    | 1,93    | 1,59    | 28                               | 17,29           |
| 1 - Ассорти из соевых овощей             | 110         | 1,05    | 0,66    | 1,14    | 17                               | 17,30           |
| 2 - Салат из квашеной капусты            | 100         | 0,83    | 5,03    | 1,84    | 56                               | 17,31           |
| 3 - Огурцы соевые                        | 105         | 0,84    | 0,11    | 1,79    | 11                               | 17,27           |
| Основное                                 |             | 19,23   | 29,57   | 29,55   | 382                              | 89,54           |
| 1 - Омлет с сыром запеченый              | 215         | 23,16   | 25,79   | 3,89    | 350                              | 89,51           |
| 2 - Жаркое по-домашнему                  | 210         | 21,32   | 22,37   | 13,34   | 341                              | 90,11           |
| 3 - Натюгсы куриные                      | 190         | 7,30    | 7,80    | 31,63   | 234                              | 76,64           |
| 3 - Макароны отварные с маслом сливочным | 180         | 5,90    | 4,34    | 38,10   | 221                              | 13,27           |
| Дополнение                               |             | 4,78    | 0,87    | 49,32   | 223                              | 37,61           |
| 1 - Сок фруктовый                        | 200         | 0,78    |         | 20,57   | 88                               | 20,80           |
| 1 - Хлеб пшеничный                       | 36          | 2,52    | 0,72    | 18,00   | 88                               | 3,46            |
| 1 - Хлеб ржаной                          | 25          | 1,50    | 0,25    | 11,25   | 53                               | 2,75            |
|  |             | 24,92   | 23,47   | 88,46   | 433                              | 134,24          |

Принят

Заведующий  
прокормителем  
\_\_\_\_\_

подпись

подпись

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель МДО «Школьное питание»

Шевченко М.С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель образовательной организации

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

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

Дата: 19.02.2024

Неделя по циклическому меню: 1

День циклическому меню: 1

\*\* инвентаризировано

| Прим. пища                      | 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                         | 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>96,65</b>  | <b>542</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      | 9,27                          | 13,90               |
|                                 | Наггетсы куриные                          | 100              | 7,30                    | 7,60         | 31,82         | 234                           | ТК          | 61,52                         | 92,28               |
|                                 | 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>22,28</b> | <b>118,90</b> | <b>786</b>                    |             | <b>103,15</b>                 | <b>150,63</b>       |
| Полдник                         | Кулешка 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>        |

*20.02.2024 Ш. Шевченко М.С.*

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО «Центрное агентство по образованию»  
Власенко М. С.



«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель образовательной организации



**Ежедневное меню  
основного (организованного) питания**

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

Дата: 19.02.2024

Неделя по циклическому меню: 1

День циклическому меню: 1

\*\* указаний карточки

| Пример питания                   | Наименование блюда                             | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |               |               | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептур    | Цена одного 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          | 190/10           | 5,71                    | 10,33         | 40,90         | 280                           | 174-17        | 17,78                       | 26,67               |
|                                  | Кофейный напиток                               | 200              | 3,17                    | 2,78          | 15,95         | 100,50                        | ТК            | 12,86                       | 19,29               |
|                                  | Фрукты (яблоки)                                | 100              | 0,40                    | 0,40          | 9,8           | 47                            | 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>19,22</b>            | <b>20,71</b>  | <b>105,15</b> | <b>682,6</b>                  |               | <b>57,38</b>                | <b>81,56</b>        |
| Обед                             | Борщ с капустой белокочанной и картофелем      | 250              | 2,00                    | 5,20          | 5,20          | 106                           | 110-04        | 11,58                       | 17,37               |
|                                  | Наггетсы куриные                               | 100              | 7,30                    | 7,60          | 31,82         | 234                           | ТК            | 61,52                       | 92,26               |
|                                  | Макароны открытые с овощами                    | 180              | 6,21                    | 7,19          | 34,23         | 226,08                        | 205-17        | 11,29                       | 16,94               |
|                                  | Чай с сахаром                                  | 200              | 0,07                    | 0,02          | 10,00         | 40                            | ТК            | 1,82                        | 2,72                |
|                                  | Пирожки печеные из дрожжевого теста с печеньем | 75               | 11,68                   | 8,04          | 22,48         | 143,4                         | 406-17        | 19,04                       | 28,58               |
|                                  | 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>32,45</b>     | <b>29,25</b>            | <b>114,72</b> | <b>929,48</b> |                               | <b>112,12</b> | <b>166,31</b>               |                     |
| Полдник                          | Кулебяка с капустой                            | 150              | 9,05                    | 8,75          | 46,85         | 324,29                        | 742-04        | 12,20                       | 18,31               |
|                                  | 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>12,21</b>            | <b>11,45</b>  | <b>62,8</b>   | <b>425,29</b>                 |               | <b>25,06</b>                | <b>37,60</b>        |

*Зуб Н.И. 19.02.2024*



















