

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО «Школьное питание»

Руководитель общеобразовательной школы



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

Возрастная категория обучающихся: 12 лет и старше в том числе: ООП, дети-инвалиды,
дети с ограниченными возможностями, дети-сироты, многодетные

Дата: 20.09.2024

Неделя по циклическому меню: 1

День циклическому меню: 3

** основной рацион

Пример питания	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептур	Цена продукта или набора в рублях	Цена всего в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы				
Завтрак	Овощи в нарезке (огурцы свежие)	100	0,83	0,17	2,50	14	54-23-2022	11,73	15,25
	Гратен из картофеля с рыбой	200	15,40	17,02	18,82	408	TK	79,87	119,82
	Каша с молоком	200	4,08	3,54	17,58	119	382-2017	12,04	18,04
	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	72	Пром.1	2,77	3,32
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42	Пром.2	2,12	2,54
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.3	7,40	9,62
	Итого за рацион питания :	680	24,91	21,93	72,7	702		118,93	168,99
Обед	Закуска из моркови	100	0,90	8,20	4,80	189	Пром.	14,70	19,11
	Рассольник "Ленинградский"	250	2,01	5,09	11,98	108	96-2017	8,21	11,91
	Колбаса "Школьная"	100	14,00	11,10	12,10	232	№347-2018	45,56	67,90
	Каша пшеничная рассыпчатая	180	7,58	5,40	46,62	265	302-2017	9,83	14,75
	Компот из яблок и вишни	180	0,18	0,09	9,18	39	54-3хл-2022	8,40	12,27
	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	96	Пром. 5	3,69	4,43
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42	Пром.2	2,12	2,54
	Итого за рацион питания :	870	28,67	26,88	113,68	871		92,51	131,91
Полдник	Слоба обыкновенная	80	6,17	4,84	31,27	209	П/8	4,56	6,86
	Ребенка	200	5,87	5,07	8,40	102	Пром.	27,81	36,15
	Фрукты свежие (Нектарины)	100	0,09	0,20	8,10	43	Пром	14,50	18,85
	Итого за рацион питания :	380	12,13	10,31	47,77	354		46,87	61,86
ВСЕГО :		1 900	64,81	62,92	234,15	2 827		255,31	363,56

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО «Школьное питание»

Шевченко М. С.

Руководитель общеобразовательной организации

[Подпись]



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

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

Дата: 20.09.2024

Неделя по циклическому меню: 1

День циклическому меню: 5

** очищенный картофель

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептур	Цена продукта всего набора в рублях	Цена всего в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы				
Завтрак	Овощи в нарезке (огурец свежий)	70	0,58	0,12	1,75	10	54-2з-2022	8,21	10,68
	Гратен из картофеля с рыбой	150	11,25	12,77	14,19	306	ТК № 38	59,91	89,86
	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107	382-2017	10,83	16,24
	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	72	Пром.1	2,77	3,32
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42	Пром.2	2,12	2,54
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.3	7,40	9,62
	Итого за рацион питания :	550	19,2	17,28	65,56	584		91,24	132,26
Обед	Закуска из моркови	60	0,54	4,92	2,88	114	Пром.	8,82	11,47
	Рассольник "Ленинградский"	200	1,61	4,07	9,58	86	96-2017	6,57	9,53
	Котлета "Школьная"	90	12,60	9,99	10,89	209	№347-2018	41,02	61,14
	Каша пшеничная рассыпчатая	150	6,32	4,50	38,85	221	302-2017	8,20	12,30
	Компот из яблок и вишни	180	0,18	0,09	9,18	39	54-5хн-2022	8,40	12,27
	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	96	Пром. 5	3,69	4,43
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42	Пром.2	2,12	2,54
	Итого за рацион питания :	740	25,25	24,57	100,38	887		78,82	113,68
Полдник	Сдоба обыкновенная	60	4,63	3,63	23,45	157	ТК № П/8	3,44	5,16
	Ряженка	180	5,28	4,56	7,56	92	Пром.	25,03	32,54
	Фрукты свежие (Нектарины)	100	0,09	0,20	8,10	43	Пром.	14,50	18,85
	Итого за рацион питания :	340	10	8,39	39,11	292		42,97	56,55
ВСЕГО :		1 630	54,45	50,24	205,05	1 683		213,03	302,49

Зав. пр. ил. Ш. Шевченко М.С.







