



# М Е Н Ю (выбор)

16.09.2024  
12 и старше (5-11кл.)

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, г	Б, г	Ж, г	У, г	Энергетическая ценность, Ккал	Стоимость, руб.		
						продукт набор	услуга	ИТОГО
Салат		0,83	0,17	2,5	14	11,73	1,52	13,25
1 - Овощи в нарезке (огурец свежий)	100	0,83	0,17	2,50	14	11,73	3,52	15,25
Основное		16,36	20,22	51,79	471	72,31	34,27	106,58
1 - Наггетсы куриные	100	5,47	7,55	31,82	234	59,33	27,68	87,01
1 - Макароны отварные	180	6,48	5,88	39,36	236	13,22	6,60	19,82
2 - Вок курица с рисом и овощами	250	24,77	27,01	32,39	472	72,07	34,26	106,33
Дополнение		3,4	0,9	42,78	188	16,74	3,89	14,63
1 - Напиток "Ассорти" (плодово-ягодный)	200	0,10	0,10	18,78	74	5,85	2,92	8,77
1 - Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	72	2,77	0,55	3,32
1 - Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42	2,12	0,42	2,54
<b>Итого :</b>		<b>22,99</b>	<b>21,29</b>	<b>97,87</b>	<b>673</b>	<b>94,78</b>	<b>41,58</b>	<b>136,46</b>

Принял

Заведующий  
производством  
должность

*[Signature]*  
подпись

*[Signature]*  
расшифровка подписи

«УТВЕРЖДЕНО»  
Руководитель АДО «Школьное питание»

Шевченко М.С.

Руководитель общественной организации

МАОУ  
Т.С.И. № 57

Ежедневное меню  
освободного (организованного) питания \*\*

Возрастная категория обучающихся: 7-11 лет в том числе: ОРЗ, дети-инвалиды

Дата: 16.09.2024

Подать по учебному месяцу: 1

День учебного месяца: 1

\*\* местный тариф

Пример записи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, граммы			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептур	Цена процентов от веса набора в рублях	Цена всего в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы				
Завтрак	Яйцо вареное	40	4,80	4,00	0,30	56	54-60-2022	10,00	15,00
	Каша вязкая молочная из риса и пшена с маслом	150	4,34	7,99	23,91	186	175-2017	10,09	15,13
	Кофейный напиток с молоком	200	3,16	2,68	15,95	101	379-2017	11,32	16,95
	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 (Нектарины)	100	0,09	0,20	8,10	43	Пром.	14,50	18,85
<b>Итого за рацион питания :</b>		<b>540</b>	<b>15,69</b>	<b>15,67</b>	<b>72,26</b>	<b>500</b>		<b>50,80</b>	<b>71,79</b>
Обед	Овощи в нарезке (огурцы свежие)	60	0,50	0,10	1,50	9	54-21-2022	7,04	9,15
	Борщ Кубанский с фасолью	200	3,12	3,44	12,80	94	ТК № 0/11	11,63	17,41
	Нагетсы куриные	90	4,92	6,84	28,64	211	ТК № 0/1	53,40	80,10
	Макароны отварные с сыром	150	10,15	11,94	25,58	251	204-17	27,39	41,09
	Компот из яблок	200	0,30	0,10	10,30	43	611-22	16,32	24,49
	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	96	Пром. 5	3,89	4,43
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42	Пром.2	2,12	2,54
	Фрукты свежие (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.3	7,40	9,62
<b>Итого за рацион питания :</b>		<b>860</b>	<b>23,39</b>	<b>23,82</b>	<b>117,62</b>	<b>793</b>		<b>128,99</b>	<b>188,83</b>
Полдник	Булочка домашняя	60	3,77	7,51	18,07	167	ТК № П/6	4,69	7,02
	Йогурт	180	6,12	4,50	9,90	105	Пром.16	29,68	38,58
	Фрукты свежие (Нектарины)	100	0,09	0,20	8,10	43	Пром.	14,50	18,85
	<b>Итого за рацион питания :</b>		<b>340</b>	<b>9,99</b>	<b>12,21</b>	<b>36,87</b>	<b>315</b>		<b>48,87</b>
<b>ВСЕГО :</b>		<b>1740</b>	<b>49,06</b>	<b>51,7</b>	<b>225,95</b>	<b>1808</b>		<b>228,66</b>	<b>325,97</b>

зав.прим. Ш. Косова Д.И.

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО «Школьное питание»

*[Подпись]*



«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

*[Подпись]*



**«Школьное питание» Ежедневное меню  
основного (организованного) питания \*\***

Возрастная категория питания: **12 лет и старше** в том числе: **ОВЗ, дети-инвалиды, дети мобилизованных, дети подполковников, военнослужащих**

Дата: **16.09.2024**

Надпись по фискальному меню: **1**

День фискального меню: **1**

\*\* - типовой вариант

Пример блюда	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептур	Цена продукта в рубль	Цена всего в рубль
			Белки	Жиры	Углеводы				
Завтрак	Сыр твердый сортов в нарезке	15	3,50	4,40		54	54-13-2022	10,60	15,90
	Мясо вареное	40	4,80	4,00	0,30	56	54-60-2022	10,00	15,00
	Каша вязкая молочная из риса и пшена с маслом	200	5,78	10,65	31,88	248	175-2017	13,45	20,16
	Кофейный напиток с молоком	200	3,16	2,68	15,95	101	379-2017	11,32	16,95
	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 (Нектарины)	100	0,09	0,20	8,10	43	Пром.	14,50	18,85
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>685</b>	<b>28,83</b>	<b>21,73</b>	<b>88,23</b>	<b>618</b>		<b>64,76</b>	<b>92,71</b>
Обед	Овощи в нарезке (огурец свежий)	100	0,83	0,17	2,50	14	54-23-2022	11,73	15,25
	Борщ Кубанский с фасолью	250	3,90	4,30	16,00	118	ТК № 0/11	15,60	23,42
	Нагетсы куриные	100	5,47	7,55	31,82	234	ТК № 0/1	59,33	88,99
	Макаронь отарные с сыром	180	12,18	14,33	30,70	301	204-17	32,87	49,31
	Компот из вишни	200	0,30	0,10	10,30	43	блд-22	16,32	24,49
	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
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.3	7,40	9,62
<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>998</b>	<b>27,88</b>	<b>27,85</b>	<b>138,12</b>	<b>898</b>		<b>149,86</b>	<b>218,85</b>	
Полдник	Булочка домашняя	80	6,16	5,44	40,70	223	ТК № П/6	6,25	9,39
	Йогурт	200	6,80	5,00	11,00	117	Пром.	32,97	42,86
	Фрукты свежие (Нектарины)	100	0,09	0,20	8,10	43	Пром.	14,50	18,85
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>388</b>	<b>13,05</b>	<b>10,64</b>	<b>59,8</b>	<b>383</b>		<b>53,72</b>	<b>71,18</b>
<b>ВСЕГО :</b>		<b>1975</b>	<b>68,76</b>	<b>61,22</b>	<b>278,15</b>	<b>1894</b>		<b>267,84</b>	<b>381,87</b>

*[Подписи]*







