



М Е Н Ю (выбор) **

30.01.2024
 12 и старше (8-11кл).
 ** высушенный картофель.

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, г	Б, г	Ж, г	У, г	Энергетическая ценность, Ккал	Стоимость, руб.
Салат		1,19	4,49	2,8	96,33	17,14
1 - Салат из квашеной капусты	100	0,83	5,03	1,84	66	17,31
2 - Салат из свеклы с сыром	105	1,82	4,01	4,73	63	16,99
3 - Салат из соевых стручков с луком	100	0,82	5,03	1,83	66	17,11
Обеденное		19,97	14,84	46,3	368,33	74,82
200	17,87	9,81	20,40	226	74,89	
1 - Рагу из филе птицы	110	16,10	12,29	18,05	247	50,22
2 - Митбол с томатным соусом	180	3,80	9,18	26,62	216	24,47
2 - Картофель отварной	110	16,03	3,43	12,78	146	43,20
3 - Котлеты рыбные	190	5,11	10,11	41,85	268	30,95
3 - Ризотто с овощами		8,31	1,85	52,82	244	28,91
Дополнение						20,80
200	0,76		29,27	88		
1 - Сок фруктовый	35	2,45	0,76	17,50	84	3,38
1 - Хлеб пшеничный	35	2,10	0,35	12,76	74	3,85
1 - Хлеб ржаной		26,87	29,68	97,12	870,88	119,47

Принят: _____
 Заказующий
 организацией

Григорьев А. С.
 директор

Григорьев М. С.
 директор

«УТВЕРЖДЕНО»
Руководитель АМО "Школьное питание"

Шевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»
Руководитель образовательной организации

Ежедневное меню
основного (организационного) питания **

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

Дата: 30.01.2024

Неделя по цикловому меню: 2

День циклового меню: 2

** исключений нет

Примечание	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	Цена продукта одного набора в рублях	Цена всего в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы				
Завтрак	Салат из квашеной капусты с зеленым горошком	100	2,30	3,10	7,00	61	ТК	15,45	20,36
	Рагу из фасоли пшеницы	200	17,87	9,81	20,40	226,27	210-03,ТК	55,71	83,57
	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107	382-17	11,32	16,97
	Кондитерские изделия (печенье 25гр)	25	3,50	4,50	18,00	176	ТК	8,90	11,57
	Хлеб пшеничный	50	3,50	1,00	25,00	119,5	ТК	4,00	4,80
	Хлеб ржаной	30	1,80	0,30	13,50	63	ТК	2,75	3,30
	Итого за рацион питания :	585	32,64	21,90	99,72	752,77		96,13	140,57
Обед	Кукуруза консервированная	100	2,00	0,80	12,20	61	173-17	31,21	40,57
	Борщ из свежей капусты	230	1,58	4,38	6,25	70,75	93-18	8,16	12,24
	Плов из говядины	200	21,60	21,20	37,73	350	443-04,ТК	74,96	112,44
	Кисель из вишни	200	0,18	0,14	23,94	117	350-17,ТК	8,31	12,46
	Нрас молочный	25	1,00	2,00	24,00	120	ТК	9,48	12,32
	Фрукты (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47	ТК	7,40	9,62
	Хлеб пшеничный	60	4,20	1,20	30,00	143,40	ТК	4,80	5,76
	Хлеб ржаной	40	2,40	0,40	18,00	84	ТК	3,67	4,40
	Итого за рацион питания :	975	33,36	38,52	161,92	993,15		147,99	209,81
Полдник	Пирожки немые из дрожжевого теста с картофелем	150	9,05	11,40	55,35	360	406-17	12,33	18,51
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	20,00	40	ТК	1,82	2,72
	Итого за рацион питания :	350	9,12	11,42	75,35	400		14,15	21,23

Шевченко М. С.

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"

Шевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

Ежедневное меню
основного (организованного) питания **

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

Дата: 30.01.2024

Неделя по циклическому меню: 2

День циклическому меню: 2

** очный завтрак

Примечание	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	Капуста квашеная	100	1,60	0,10	5,20	27	TK	14,35	18,65
	Рагу из филе птицы	150	13,40	7,36	15,30	169,70	210-03,TK	41,77	62,67
	Кавью с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107	382-17	11,32	16,97
	Кондитерские изделия (пирожки 25гр)	25	3,50	4,50	18,00	176	TK	8,90	11,57
	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70	TK	2,40	2,88
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42	TK	1,83	2,20
	Итого за рацион питания :	505	25,47	15,95	78,32	593,40		80,57	114,94
Обед	Кукуруза консервированная	60	1,20	0,48	7,32	36,60	173-17	18,72	24,34
	Борщ из свежей капусты	200	1,26	3,50	5,00	56,60	93-18	6,52	9,76
	Плов из говядины	150	16,20	15,90	28,30	262,50	443-04,TK	56,21	84,31
	Кисель из вишни	200	0,18	0,14	23,94	117	350-17,TK	8,31	12,46
	Кондитерские изделия (вафли топленое молоко 15г)	15	2,10	2,70	10,80	122,40	TK	4,30	5,59
	Фрукты (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47	TK	7,40	9,62
	Хлеб пшеничный	50	3,50	1,00	25,00	119,50	TK	4,00	4,80
	Хлеб ржаной	30	1,80	0,30	13,50	63	TK	2,75	3,30
Итого за рацион питания :	805	26,64	24,42	123,66	824,60		108,21	154,18	
Полдник	Котлета куриная, запеченная в тесте	100	11,99	10,41	33,17	233,88	TK	23,56	35,13
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	20,00	40	TK	1,82	2,72
	Кондитерские изделия (вафли топленое молоко 15г)	15	0,98	4,20	9,30	91	TK	4,30	5,59
	Итого за рацион питания :	315	13,04	14,63	62,47	364,88		29,68	43,44

Итого за рацион питания: 114,94 + 154,18 + 43,44 = 312,56



















