

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"

Иваново М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель образовательной организации

МАОУ  
№ 57

Ежедневное меню  
основного (организованного) питания \*\*

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

Дата: 31.01.2024

Неделя по циклическому меню: 2

День циклическому меню: 3

\*\* опциональный 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	Котлета рыбная	100	14,80	13,90	11,80	164	234-17,Т К	29,53	43,88
	Картофель отварной	150	3,00	7,65	23,85	181,50	518-04	13,60	20,40
	Сок фруктовый	180	0,90	0	18,18	76,32	389-07,Т К	14,40	18,72
	Фрукты (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47	ТК	7,40	9,62
	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70	ТК	2,40	2,88
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42	ТК	1,83	2,20
	Итого за рацион питания :	580	22,40	22,75	87,63	582,52		69,16	97,70
Обед	Ассорти из соевых овощей	60	0,62	0,39	1,76	9,90	70-17	7,27	9,43
	Суп с макаронами и овощами	200	1,91	4,06	10,40	96,80	147-04	2,73	4,10
	Филе птицы, тушеное в сметанном соусе	70/25	14,69	5,57	3,10	219,50	ТК	48,90	73,36
	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150	4,79	4,44	30,89	243,75	302-17	10,75	16,13
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,97	0,02	10,00	42	ТК	2,44	3,65
	Хлеб пшеничный	50	3,50	1,00	25,00	119,50	ТК	4,00	4,80
	Хлеб ржаной	30	1,80	0,30	13,50	63	ТК	2,75	3,30
Итого за рацион питания :	785	28,28	15,78	94,65	794,45		78,84	114,77	
Полдник	Расстегай с мясом	100	15,57	10,72	29,97	266,90	743-04	25,88	38,83
	Сок фруктовый	200	1,00	0	20,00	84,80	389-07,Т К	16,00	20,80
	Итого за рацион питания :	300	16,57	10,72	49,97	351,70		41,88	59,63

Зеленая И. С.

«УТВЕРЖДЕНО»  
Руководитель АНО "Школьное питание"

Шевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»  
Руководитель образовательной организации

Ежедневное меню  
основного (организованного) питания \*\*

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

Дата: 31.01.2024

Неделя по циклическому меню: 2

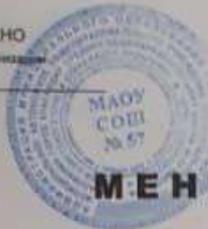
День циклическому меню: 3

\*\* исключенный картофель

Пример пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептур ы	Цена одного набора в рублях	Цена всего в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы				
Завтрак	Котлета рыбная	100	14,80	13,90	11,80	164	234-17,Т К	29,53	43,88
	Картофель отварной	180	3,60	9,18	28,62	217,80	518-04	16,32	24,47
	Сок фруктовый	180	0,90	0	18,18	76,32	389-07	14,40	18,72
	Фрукты (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	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>640</b>	<b>24,76</b>	<b>24,78</b>	<b>186,9</b>	<b>688,13</b>		<b>74,40</b>	<b>104,79</b>
Обед	Салат из свеклы и зеленого горошка	100	1,48	8,88	7,56	116	11-17	7,62	10,99
	Суп с макаронными изделиями	250	2,39	5,08	13,00	121	147-04	3,42	5,13
	Филе птицы, тушенное в сметанном соусе	100/20	13,90	9,40	4,60	200,29	ТК	61,77	92,66
	Каша гречневая рассычатая с маслом	180	5,75	5,33	37,07	248,40	302-17	12,90	19,35
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,97	0,02	10,00	42	ТК	2,44	3,65
	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
<b>Итого за рацион питания :</b>		<b>1 050</b>	<b>35,6</b>	<b>38,72</b>	<b>138,83</b>	<b>1802,89</b>		<b>104,02</b>	<b>151,56</b>
Ужин	Котлета куриная, запеченная в тесте	100	11,99	10,41	33,17	233,88	ТК	23,56	35,13
	Сок фруктовый	180	0,90	0	18,18	76,32	389-07	14,40	18,72
	Фрукты (яблоки)	100	0,40	0,40	9,8	47	ТК	7,40	9,62
	Кондитерские изделия (вафли топленое молоко 15г)	15	2,10	2,7	10,8	122,4	ТК	4,30	5,59
	<b>Итого за рацион питания :</b>		<b>395</b>	<b>13,37</b>	<b>13,51</b>	<b>71,95</b>	<b>479,6</b>		<b>49,66</b>

Зав. кафе *И. Шевченко*

СОГЛАСОВАНО  
Руководитель организации



УТВЕРЖДЕНО  
Директор



## М Е Н Ю (выбор) \*\*

31.01.2024

12 и старше (5-11кл).

\*\* очищенный картофель

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД г	Б, г	Ж, г	У, г	Энергетическая ценность, Ккал	Стоимость, руб.
Салат		2,54	5,88	1,88	70,33	17,45
1 - Огурцы соленные	105	0,84	0,11	1,79	11	17,27
2 - Салат из моркови с сыром	100	5,94	12,49	2,31	144	17,77
3 - Салат из квашеной капусты	100	0,83	5,03	1,84	56	17,31
<b>Основное</b>		<b>15,98</b>	<b>18,95</b>	<b>36,27</b>	<b>381,33</b>	<b>84,11</b>
1 - Филе птицы тушенное в сметанном соусе	100	15,73	5,97	3,32	235	68,29
1 - Картофельное пюре	180	3,84	8,24	23,76	167	26,11
2 - Вок "Хурца с рисом и овощами"	215	12,04	22,15	40,21	308	94,02
3 - Гуляш из говядины	105	10,48	17,55	3,43	213	80,63
3 - Макароны отварные с маслом сливочным	180	5,90	4,94	36,10	221	13,27
<b>Дополнение</b>		<b>8,09</b>	<b>4,48</b>	<b>17,07</b>	<b>298</b>	<b>26,08</b>
1 - Кефир с молоком	200	3,54	3,43	23,82	140	18,87
1 - Хлеб пшеничный	35	2,45	0,70	17,50	84	3,36
1 - Хлеб ржаной	35	2,10	0,38	15,75	74	3,85
		<b>26,62</b>	<b>28,31</b>	<b>95,32</b>	<b>748,66</b>	<b>137,64</b>

Принят:

Заведующий  
производством  
должность

подпись

разбирательство подписи





10 GUM









