

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"

Шевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

**Ежедневное меню**

**основного (организованного) питания \*\***

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

Дата: 20.03.2024

Неделя по циклическому меню: 1

День циклическому меню: 3

\*\* очищенный картофель

| Прием пищи                       | Наименование блюда                  | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |               |              | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры  | Цена продуктового набора в рублях | Цена всего в рублях |
|----------------------------------|-------------------------------------|------------------|-------------------------|---------------|--------------|-------------------------------|--------------|-----------------------------------|---------------------|
|                                  |                                     |                  | Белки                   | Жиры          | Углеводы     |                               |              |                                   |                     |
| Завтрак                          | Сыр порционно                       | 10               | 2,32                    | 2,95          |              | 36                            | 015-17       | 6,29                              | 9,44                |
|                                  | Пудинг из творога со сметаной       | 200/5            | 16,60                   | 19,70         | 32,27        | 402                           | 362-04       | 68,76                             | 103,19              |
|                                  | Кефир порционно                     | 200              | 5,80                    | 5,00          | 8,00         | 100                           | 386-17,ТК    | 15,11                             | 19,64               |
|                                  | Фрукты(Апельсины)                   | 100              | 0,90                    | 0,20          | 8,10         | 38                            | 393-16       | 10,00                             | 13,00               |
|                                  | Хлеб пшеничный                      | 30               | 2,10                    | 0,60          | 15,00        | 72                            | ТК           | 2,40                              | 2,88                |
|                                  | Хлеб ржаной                         | 30               | 1,80                    | 0,30          | 13,50        | 63                            | ТК           | 2,75                              | 3,30                |
|                                  | <b>Итого за рацион питания :</b>    | <b>575</b>       | <b>29,52</b>            | <b>28,75</b>  | <b>76,87</b> | <b>711</b>                    |              | <b>105,31</b>                     | <b>151,45</b>       |
| Обед                             | Суп картофельный с горохом          | 250              | 6,20                    | 5,60          | 22,30        | 167                           | 139-4        | 9,80                              | 14,70               |
|                                  | Шницель рыбный натуральный с маслом | 100/5            | 13,02                   | 14,51         | 7,98         | 230                           | 235-17       | 40,27                             | 60,38               |
|                                  | Картофель отварной                  | 180              | 3,60                    | 9,18          | 28,62        | 218                           | 518-04       | 16,35                             | 24,51               |
|                                  | Какао с молоком                     | 200              | 4,07                    | 3,54          | 17,57        | 119                           | 382-17       | 10,10                             | 15,15               |
|                                  | 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                         | 50               | 3,00                    | 0,50          | 22,50        | 105                           | ТК           | 4,58                              | 5,50                |
| <b>Итого за рацион питания :</b> | <b>935</b>                          | <b>33,79</b>     | <b>34,73</b>            | <b>133,77</b> | <b>1 006</b> |                               | <b>92,50</b> | <b>134,66</b>                     |                     |
| Полдник                          | Ватрушка с творогом                 | 100              | 12,30                   | 7,31          | 38,90        | 269                           | 410-17       | 18,72                             | 28,07               |
|                                  | Кефир порционно                     | 250              | 7,25                    | 6,25          | 10,00        | 125                           | 386-17,ТК    | 18,89                             | 24,55               |
|                                  | <b>Итого за рацион питания :</b>    | <b>350</b>       | <b>19,55</b>            | <b>13,56</b>  | <b>48,9</b>  | <b>394</b>                    |              | <b>37,61</b>                      | <b>52,62</b>        |