

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"

/Шевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

*И.А. Сахарова*

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

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

Дата: 05.04.2024

Неделя по цикличному меню: 2

День цикличному меню: 5

\*\* 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    | Огурцы свежие                             | 80               | 0,88                    | 0,16         | 3,04          | 10                            | 71-17       | 9,67                              | 12,57               |
|            | Гратен из печени                          | 90               | 15,99                   | 10,15        | 6,71          | 206                           | ТК          | 33,10                             | 49,41               |
|            | Макароны отварные с овощами               | 150              | 5,17                    | 5,99         | 28,52         | 188                           | 205-17      | 8,32                              | 12,47               |
|            | Сок фруктовый                             | 180              | 0,90                    |              | 18,18         | 76                            | 389-17,ТК   | 14,40                             | 18,72               |
|            | Хлеб пшеничный                            | 30               | 2,10                    | 0,60         | 15,00         | 72                            | ТК          | 2,40                              | 2,88                |
|            | Хлеб ржаной                               | 20               | 1,20                    | 0,20         | 9,00          | 42                            | ТК          | 1,83                              | 2,20                |
|            | <b>Итого за рацион питания :</b>          | <b>550</b>       | <b>26,24</b>            | <b>17,1</b>  | <b>80,45</b>  | <b>594</b>                    |             | <b>69,72</b>                      | <b>98,25</b>        |
| Обед       | Морковь на корейский лад                  | 60               | 0,54                    | 4,92         | 2,88          | 140                           | 173, ТК     | 8,82                              | 11,47               |
|            | Борщ с капустой белокочанной и картофелем | 200              | 1,60                    | 4,16         | 4,16          | 84                            | 110-04      | 8,50                              | 12,72               |
|            | Рыба, запеченная с маслом (горбуша)       | 90/5             | 14,70                   | 13,70        | 4,00          | 194                           | ТК          | 50,33                             | 75,48               |
|            | Картофель отварной с луком                | 150              | 3,20                    | 8,40         | 26,10         | 182                           | 204-04      | 19,86                             | 29,80               |
|            | Фрукты (Яблоки)                           | 100              | 0,40                    | 0,40         | 9,80          | 47                            | ТК          | 7,40                              | 9,62                |
|            | Сок фруктовый                             | 200              | 1,00                    |              | 20,20         | 85                            | 389-17,ТК   | 16,00                             | 20,80               |
|            | Хлеб пшеничный                            | 40               | 2,80                    | 0,80         | 20,00         | 96                            | ТК          | 3,20                              | 3,84                |
|            | Хлеб ржаной                               | 30               | 1,80                    | 0,30         | 13,50         | 63                            | ТК          | 2,75                              | 3,30                |
|            | <b>Итого за рацион питания :</b>          | <b>875</b>       | <b>26,04</b>            | <b>32,68</b> | <b>100,64</b> | <b>891</b>                    |             | <b>116,86</b>                     | <b>167,03</b>       |
| Полдник    | Бутерброд с сыром                         | 60               | 11,90                   | 16,40        | 41,60         | 183                           | ТК          | 21,28                             | 31,21               |
|            | Какао с молоком                           | 180              | 3,67                    | 3,19         | 15,82         | 107                           | 382-17      | 9,09                              | 13,64               |
|            | Фрукты(Апельсины)                         | 100              | 0,90                    | 0,20         | 8,10          | 38                            | 393-16      | 10,00                             | 13,00               |
|            | <b>Итого за рацион питания :</b>          | <b>340</b>       | <b>16,47</b>            | <b>19,79</b> | <b>65,52</b>  | <b>328</b>                    |             | <b>40,37</b>                      | <b>57,85</b>        |



Руководитель АНО "Школьное питание"

/Шевченко М. С.



Руководитель общеобразовательной организации

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

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

Дата: 05.04.2024

Неделя по циклическому меню: 2

День циклическому меню: 5

\*\* 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    | Огурцы свежие                             | 100              | 1,10                    | 0,20         | 3,80         | 12                            | 71-17       | 12,10                             | 15,73               |
|            | Гратен из печени                          | 120              | 21,32                   | 13,53        | 8,95         | 245                           | ТК          | 44,01                             | 65,66               |
|            | Макаронны отварные с овощами              | 180              | 6,20                    | 7,19         | 34,22        | 226                           | 205-17      | 9,64                              | 14,46               |
|            | Сок фруктовый                             | 180              | 0,90                    |              | 18,18        | 76                            | 389-17,ТК   | 14,40                             | 18,72               |
|            | 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>640</b>       | <b>33,42</b>            | <b>21,82</b> | <b>93,65</b> | <b>694</b>                    |             | <b>85,30</b>                      | <b>120,75</b>       |
| Обед       | Морковь на корейский лад                  | 100              | 0,90                    | 8,20         | 4,80         | 233                           | 173, ТК     | 14,70                             | 19,11               |
|            | Борщ с капустой белокочанной и картофелем | 250              | 2,00                    | 5,20         | 5,20         | 106                           | 110-04      | 10,62                             | 15,92               |
|            | Рыба, запеченная с маслом (горбуша)       | 115/5            | 18,60                   | 17,30        | 5,00         | 245                           | ТК          | 63,10                             | 94,64               |
|            | Картофельное пюре                         | 180              | 3,84                    | 6,24         | 23,76        | 167                           | 54-11       | 17,48                             | 26,21               |
|            | Кофейный напиток                          | 200              | 3,17                    | 2,78         | 15,95        | 101                           | ТК          | 12,86                             | 19,29               |
|            | Хлеб пшеничный                            | 50               | 3,50                    | 1,00         | 25,00        | 120                           | ТК          | 4,00                              | 4,80                |
|            | Хлеб ржаной                               | 40               | 2,40                    | 0,40         | 18,00        | 84                            | ТК          | 3,67                              | 4,40                |
|            | <b>Итого за рацион питания :</b>          | <b>940</b>       | <b>34,41</b>            | <b>41,12</b> | <b>97,71</b> | <b>1 056</b>                  |             | <b>126,43</b>                     | <b>184,37</b>       |
| Полдник    | Булочка творожная                         | 100              | 13,08                   | 6,06         | 38,68        | 300                           | 440-17      | 17,17                             | 25,74               |
|            | Сок фруктовый                             | 180              | 0,90                    |              | 18,18        | 76                            | 389-17,ТК   | 14,40                             | 18,72               |
|            | Фрукты(Апельсины)                         | 100              | 0,90                    | 0,20         | 8,10         | 38                            | 393-16      | 10,00                             | 13,00               |
|            | <b>Итого за рацион питания :</b>          | <b>380</b>       | <b>14,88</b>            | <b>6,26</b>  | <b>64,96</b> | <b>414</b>                    |             | <b>41,57</b>                      | <b>57,46</b>        |



СОГЛАСОВАНО

Руководитель организации

*В.А. Саженова*



УТВЕРЖДЕНО

Директор

Шевченко М. С. /

## М Е Н Ю (выбор) \*\*

**05.04.2024**

**12 и старше (5-11кл).**

\*\* очищенный картофель

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА                      | ВЫХОД,<br>г | Б,<br>г      | Ж,<br>г      | У,<br>г      | Энергетическая<br>ценность, Ккал | Стоимость, руб. |
|---|-------------|--------------|--------------|--------------|----------------------------------|-----------------|
| <b>Салат</b>                            |             | <b>1,1</b>   | <b>0,2</b>   | <b>3,8</b>   | <b>22</b>                        | <b>19,94</b>    |
| 1 - Помидоры свежие                     | 100         | 1,10         | 0,20         | 3,80         | 22                               | 19,94           |
| <b>Основное</b>                         |             | <b>21,91</b> | <b>21,94</b> | <b>35,34</b> | <b>459,33</b>                    | <b>66,71</b>    |
| 1 - Гратен из печени                    | 100         | 17,77        | 11,28        | 7,46         | 229                              | 37,52           |
| 1 - Ризотто с овощами                   | 180         | 4,84         | 9,58         | 39,46        | 254                              | 29,36           |
| 2 - Омлет натуральный                   | 180         | 16,73        | 29,80        | 3,17         | 348                              | 66,38           |
| 3 - Котлета рубленая из мяса птицы      | 110         | 20,02        | 9,24         | 14,74        | 222                              | 45,37           |
| 3 - Каша гречневая рассыпчатая с маслом | 200         | 6,38         | 5,92         | 41,18        | 325                              | 21,51           |
| <b>Дополнение</b>                       |             | <b>5</b>     | <b>1,42</b>  | <b>52,17</b> | <b>238</b>                       | <b>19,55</b>    |
| 1 - Чай с сахаром                       | 200         | 0,07         | 0,02         | 10,00        | 40                               | 2,72            |
| 1 - Фрукты (яблоки)                     | 100         | 0,38         | 0,35         | 8,92         | 40                               | 9,62            |
| 1 - Хлеб пшеничный                      | 35          | 2,45         | 0,70         | 17,50        | 84                               | 3,36            |
| 1 - Хлеб ржаной                         | 35          | 2,10         | 0,35         | 15,75        | 74                               | 3,85            |
|   |             | <b>28,01</b> | <b>23,56</b> | <b>91,31</b> | <b>719,33</b>                    | <b>106,20</b>   |

Принял:

Заведующий  
производством  
должность

*[Подпись]*  
подпись

*[Подпись]*  
расшифровка подписи