

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"  
Шевченко М.С.



«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации



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

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

Дата: 16.01.2024

Неделя по цикличному меню: 2

День цикличному меню: 2

\*\* 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    | Капуста квашеная                                 | 100              | 1,60                    | 0,10         | 5,20          | 27                            | ТК          | 14,35                             | 18,65               |
|            | Рагу из филе птицы                               | 150              | 13,40                   | 7,36         | 15,30         | 170                           | 210-03,ТК   | 41,77                             | 62,67               |
|            | Какао с молоком                                  | 180              | 3,19                    | 3,09         | 21,44         | 126                           | ТК          | 11,32                             | 16,97               |
|            | Кондитерские изделия (пряники 25гр)              | 25               | 0,55                    | 0,41         | 6,82          | 33                            | ТК          | 8,90                              | 11,57               |
|            | 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>505</b>       | <b>22,04</b>            | <b>11,76</b> | <b>72,76</b>  | <b>470</b>                    |             | <b>80,57</b>                      | <b>114,94</b>       |
| Обед       | Кукуруза консервированная                        | 60               | 1,20                    | 0,48         | 7,32          | 37                            | 173-17      | 18,72                             | 24,34               |
|            | Борщ из свежей капусты                           | 200              | 1,26                    | 3,50         | 5,00          | 57                            | 93-18       | 6,52                              | 9,76                |
|            | Плов из говядины                                 | 150              | 16,20                   | 15,90        | 28,30         | 263                           | 443-04,ТК   | 56,21                             | 84,31               |
|            | Кисель из вишни                                  | 200              | 18,00                   | 0,14         | 23,94         | 117                           | 350-17,ТК   | 8,31                              | 12,46               |
|            | Кондитерские изделия (вафли топленое молоко 15г) | 15               | 0,32                    | 2,66         | 5,69          | 48                            | ТК          | 4,30                              | 5,59                |
|            | Фрукты (яблоки)                                  | 100              | 0,38                    | 0,35         | 8,92          | 40                            | 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>805</b>       | <b>42,66</b>            | <b>24,33</b> | <b>117,67</b> | <b>745</b>                    |             | <b>108,21</b>                     | <b>154,18</b>       |
| Полдник    | Котлета куриная, запеченная в тесте              | 100              | 11,99                   | 10,41        | 33,17         | 234                           | ТК          | 23,88                             | 35,60               |
|            | Чай с сахаром                                    | 200              | 0,07                    | 0,02         | 10,00         | 40                            | ТК          | 1,82                              | 2,72                |
|            | Кондитерские изделия (вафли топленое молоко 15г) | 15               | 0,32                    | 2,66         | 5,69          | 48                            | ТК          | 4,30                              | 5,59                |
|            | <b>Итого за рацион питания :</b>                 | <b>315</b>       | <b>12,38</b>            | <b>13,09</b> | <b>48,86</b>  | <b>322</b>                    |             | <b>30,00</b>                      | <b>43,91</b>        |

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"  
Шевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

В.А. Саронова

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

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

Дата: 16.01.2024

Неделя по цикличному меню: 2

День цикличному меню: 1

\*\* 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                          | Салат из квашеной капусты с зеленым горошком     | 100              | 2,30                    | 3,10          | 7,00         | 61                            | ТК             | 15,45                             | 20,36               |
|                                  | Рагу из филе птицы                               | 200              | 17,87                   | 9,81          | 20,40        | 226                           | 210-03,ТК      | 55,71                             | 83,57               |
|                                  | Какао с молоком                                  | 180              | 3,19                    | 3,09          | 21,44        | 126                           | ТК             | 11,32                             | 16,97               |
|                                  | Кондитерские изделия (пряники 25гр)              | 25               | 0,55                    | 0,41          | 6,82         | 33                            | ТК             | 8,90                              | 11,57               |
|                                  | 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>585</b>       | <b>29,21</b>            | <b>17,71</b>  | <b>94,16</b> | <b>629</b>                    |                | <b>98,13</b>                      | <b>140,57</b>       |
| Обед                             | Кукуруза консервированная                        | 100              | 2,00                    | 0,80          | 12,20        | 61                            | 173-17         | 31,21                             | 40,57               |
|                                  | Борщ из свежей капусты                           | 250              | 1,58                    | 4,38          | 6,25         | 71                            | 93-18          | 8,16                              | 12,24               |
|                                  | Плов из говядины                                 | 200              | 21,60                   | 21,20         | 37,74        | 350                           | 443-04,ТК      | 74,96                             | 112,44              |
|                                  | Кисель из вишни                                  | 200              | 18,00                   | 0,14          | 23,94        | 117                           | 350-17,ТК      | 8,31                              | 12,46               |
|                                  | Ирис молочный                                    | 25               | 1,00                    | 2,00          | 24,00        | 120                           | ТК             | 9,48                              | 12,32               |
|                                  | Фрукты (яблоки)                                  | 100              | 0,38                    | 0,35          | 8,92         | 40                            | ТК             | 7,40                              | 9,62                |
|                                  | Хлеб пшеничный                                   | 60               | 4,20                    | 1,20          | 30,00        | 143                           | 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>975</b>                                       | <b>51,16</b>     | <b>30,47</b>            | <b>161,05</b> | <b>986</b>   |                               | <b>147,99</b>  | <b>209,81</b>                     |                     |
| Полдник                          | Пирожки печеные из дрожжевого теста с картофелем | 150              | 9,05                    | 11,40         | 55,35        | 360                           | 405,406,467-17 | 12,93                             | 19,41               |
|                                  | Чай с сахаром                                    | 200              | 0,07                    | 0,02          | 10,00        | 40                            | ТК             | 1,82                              | 2,72                |
|                                  | <b>Итого за рацион питания :</b>                 | <b>350</b>       | <b>9,12</b>             | <b>11,42</b>  | <b>65,35</b> | <b>400</b>                    |                | <b>14,75</b>                      | <b>22,13</b>        |

СОГЛАСОВАНО  
Руководитель организации



УТВЕРЖДЕНО

Директор



## М Е Н Ю (выбор) \*\*

**16.01.2024**

**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>1,16</b>  | <b>4,63</b>  | <b>2,72</b>  | <b>57,33</b>                     | <b>17,14</b>    |
| 1 - Салат из квашеной капусты        | 100         | 0,83         | 5,03         | 1,84         | 56                               | 17,31           |
| 2 - Салат из свеклы с сыром          | 100         | 1,83         | 3,82         | 4,50         | 60                               | 16,99           |
| 3 - Салат из соленых огурцов с луком | 100         | 0,82         | 5,03         | 1,83         | 56                               | 17,11           |
| <b>Основное</b>                      |             | <b>19,57</b> | <b>14,94</b> | <b>40,5</b>  | <b>368,33</b>                    | <b>83,36</b>    |
| 1 - Рагу из филе птицы               | 200         | 17,87        | 9,81         | 20,40        | 226                              | 83,41           |
| 2 - Митбол с томатным соусом         | 110         | 16,10        | 12,29        | 18,05        | 247                              | 59,60           |
| 2 - Картофель отварной               | 180         | 3,60         | 9,18         | 28,62        | 218                              | 23,99           |
| 3 - Котлеты рыбные                   | 110         | 16,03        | 3,43         | 12,78        | 146                              | 52,10           |
| 3 - Ризотто с овощами                | 190         | 5,11         | 10,11        | 41,65        | 268                              | 30,99           |
| <b>Дополнение</b>                    |             | <b>5,31</b>  | <b>1,05</b>  | <b>53,82</b> | <b>244</b>                       | <b>28,01</b>    |
| 1 - Сок фруктовый                    | 200         | 0,76         |              | 20,57        | 86                               | 20,80           |
| 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>26,04</b> | <b>20,62</b> | <b>97,04</b> | <b>669,66</b>                    | <b>128,51</b>   |

Принял:

Заведующий  
производством  
должность

  
подпись

  
расшифровка подписи