

«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: 23.11.2023

Неделя по цикличному меню: 1

День цикличному меню: 4

**картофель очищенный

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	Морковные палочки	90	1,17	0,09	6,21	32	ТК	4,50	6,75
	Вок "Курица с рисом и овощами"	150	8,40	15,45	28,05	215	310-16	47,78	71,67
	Кисель из кураги	200	0,41		20,06	82	№784 стр.442	6,58	9,87
	Фрукты (яблоки)	100	0,38	0,35	8,92	40	ТК	7,40	9,62
	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	72	ТК	2,31	2,77
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42	ТК	1,67	2,00
	Итого за рацион питания :	590	13,66	16,69	87,24	483		70,24	102,68
Обед	Салат из свеклы отварной	60	1,08	3,66	8,58	63	52-17	3,09	4,64
	Борщ сибирский с капустой свежей	200	3,12	3,44	12,80	94	111-04	12,82	19,25
	Омлет с овощами и маслом сливочным	180	18,20	26,80	5,20	318	ТК	45,71	67,77
	Кофейный напиток	200	3,17	2,78	15,95	101	ТК	12,86	19,29
	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	3,85	4,62
	Хлеб ржаной	30	1,80	0,30	13,50	63	ТК	2,51	3,01
	Итого за рацион питания :	820	31,25	38,33	89,95	799		88,24	128,20
Полдник	Котлета говяжья, запеченная в тесте	100	11,99	10,41	33,17	274	420-17	29,68	44,30
	Сок фруктовый	200	0,76		20,57	86	389-17,ТК	16,00	20,80
	Итого за рацион питания :	300	12,75	10,41	53,74	360		45,68	65,10

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"

Щевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

МАОУ
СОШ № 39

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

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

Дата: 23.11.2023

Неделя по циклическому меню: 1

День циклическому меню: 4

**картофель очищенный

Прием пищи	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	Морковные палочки	120	1,56	0,12	8,28	42	ТК	6,00	9,00
	Вок "Курица с рисом и овощами"	200	11,20	20,60	37,40	287	310-16	63,72	95,56
	Кисель из кураги	200	0,41		20,06	82	№784 стр.442	6,58	9,87
	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	3,85	4,62
	Хлеб ржаной	30	1,80	0,30	13,50	63	ТК	2,51	3,01
	Итого за рацион питания :	625	19,02	22,43	111,06	627		91,56	133,63
Обед	Сыр порционно	30	6,96	8,85		108	015-17	18,88	28,32
	Борщ сибирский с капустой белокочанной	250	3,90	4,30	16,00	118	111-04	13,33	20,02
	Омлет с овощами и маслом сливочным	220	22,25	32,76	6,36	389	ТК	55,87	82,83
	Кофейный напиток	200	3,17	2,78	15,95	101	ТК	12,86	19,29
	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	4,62	5,54
	Хлеб ржаной	40	2,40	0,40	18,00	84	ТК	3,34	4,01
	Итого за рацион питания :	900	43,26	50,64	95,23	983		116,30	169,63
Полдник	Котлета говяжья, запеченная в тесте	100	11,99	10,41	33,17	274	420-17	29,68	44,30
	Сок фруктовый	200	0,76		20,57	86	389-17,ТК	16,00	20,80
	Фрукты (яблоки)	100	0,38	0,35	8,92	40	ТК	7,40	9,62
	Итого за рацион питания :	400	13,13	10,76	62,66	400		53,08	74,72



М Е Н Ю (выбор)**

23.11.2023

12 и старше (5-11кл).

****картофель очищенный**

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, г	Б, г	Ж, г	У, г	Энергетическая ценность, Ккал	Стоимость, руб.
Салат		1,57	2,4	8	60,33	12,08
1 - Винегрет	100	1,40	1,90	7,90	53	12,00
2 - Икра кабачковая	65	1,22	5,15	5,06	72	12,24
3 - Морковные палочки	160	2,08	0,16	11,04	56	12,00
Основное		19,32	17,9	43,26	429,33	84,47
1 - Гратен из печени	130	23,10	14,66	9,69	298	71,28
1 - Макароны отварные с маслом	180	5,90	4,94	38,10	221	13,27
2 - Вок "Курица с рисом и овощами"	177	9,91	18,23	33,10	254	84,57
3 - Котлета "Школьная"	90	13,23	10,49	11,43	219	64,72
3 - Каша гречневая рассыпчатая с маслом	182	5,81	5,39	37,47	296	19,57
Дополнение		8,12	3,98	51,95	272	26,45
1 - Кофейный напиток	200	3,17	2,78	15,95	101	19,29
1 - Хлеб пшеничный	45	3,15	0,90	22,50	108	4,15
1 - Хлеб ржаной	30	1,80	0,30	13,50	63	3,01
		29,01	24,28	103,21	761,66	123,00

Принял:

Заведующий
производством
должность


подпись


расшифровка подписи