

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"

Шевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель образовательной организации

О. А. Сафонова

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

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

Дата: 28.10.2023

Неделя по цикличному меню: 2

День цикличному меню: 6

**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 | Пудинг из творога со сметаной | 190 | 22,15 | 26,20 | 37,60 | 575 | 362-04 | 66,12 | 99,20 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1,20 | 0,20 | 9,00 | 42 | ТК | 1,67 | 2,00 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,10 | 0,60 | 15,00 | 72 | ТК | 2,31 | 2,77 |
| | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,09 | | 17,00 | 68 | №495, стр.299 | 6,83 | 10,24 |
| | Салат из моркови с сухофруктами | 60 | 0,82 | 2,68 | 6,94 | 55 | №76, стр.39 | 5,55 | 8,34 |
| | Итого за рацион питания : | 500 | 26,36 | 29,68 | 85,54 | 812 | | 82,48 | 122,55 |
| Обед | Суп с лапшой | 200 | 0,26 | 2,66 | 1,34 | 30 | 280 стр.151 | 2,60 | 3,89 |
| | Жаркое по-домашнему | 240 | 20,60 | 23,72 | 23,25 | 389 | №504, стр.291 | 86,11 | 129,17 |
| | Салат из свежих помидоров и огурцов | 90 | 0,86 | 5,47 | 3,29 | 64 | ТК | 9,14 | 12,11 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0,07 | 0,02 | 10,00 | 40 | ТК | 1,82 | 2,72 |
| | Хлеб пшеничный | 28 | 1,96 | 0,56 | 14,00 | 67 | ТК | 2,16 | 2,59 |
| | Хлеб ржаной | 28 | 1,68 | 0,28 | 12,60 | 59 | ТК | 2,34 | 2,81 |
| | Итого за рацион питания : | 786 | 25,43 | 32,71 | 64,48 | 649 | | 104,17 | 153,29 |
| Полдник | Фрукты (яблоки) | 140 | 0,53 | 0,49 | 12,49 | 56 | ТК | 10,36 | 13,47 |
| | Сок фруктовый | 200 | 0,76 | | 20,57 | 86 | 389-17,ТК | 16,00 | 20,80 |
| | Булочка творожная | 100 | 6,54 | 3,03 | 19,34 | 150 | 440-17 | 17,30 | 25,94 |
| | Итого за рацион питания : | 440 | 7,83 | 3,52 | 52,4 | 292 | | 43,66 | 60,21 |

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"

Шевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

О. Алагорова

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

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

Дата: 28.10.2023

Неделя по цикличному меню: 2

День цикличному меню: 6

**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 | Салат из моркови с сухофруктами | 100 | 1,36 | 4,47 | 11,58 | 92 | №76, стр.39 | 9,27 | 13,89 |
| | Пудинг из творога со сметаной | 205 | 23,90 | 28,27 | 40,57 | 621 | 362-04 | 71,37 | 107,04 |
| | Хлеб ржаной | 25 | 1,50 | 0,25 | 11,25 | 53 | ТК | 2,09 | 2,51 |
| | Хлеб пшеничный | 35 | 2,45 | 0,70 | 17,50 | 84 | ТК | 2,70 | 3,23 |
| | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,09 | | 17,00 | 68 | №495, стр.299 | 6,83 | 10,24 |
| | Итого за рацион питания : | 565 | 29,3 | 33,69 | 97,9 | 918 | | 92,26 | 136,91 |
| Обед | Огурцы свежие порция | 100 | 0,70 | 0,10 | 1,90 | 12 | ТК | 8,51 | 11,06 |
| | Суп с лапшой | 250 | 0,33 | 3,33 | 1,68 | 38 | 280 стр.151 | 3,25 | 4,87 |
| | Жаркое по-домашнему | 300 | 25,76 | 29,64 | 29,07 | 486 | №504, стр.291 | 106,99 | 160,48 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0,07 | 0,02 | 10,00 | 40 | ТК | 1,82 | 2,72 |
| | Хлеб пшеничный | 28 | 1,96 | 0,56 | 14,00 | 67 | ТК | 2,16 | 2,59 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1,20 | 0,20 | 9,00 | 42 | ТК | 1,67 | 2,00 |
| | Итого за рацион питания : | 898 | 30,02 | 33,85 | 65,65 | 685 | | 124,40 | 183,72 |
| Полдник | Фрукты (яблоки) | 160 | 0,61 | 0,56 | 14,27 | 64 | ТК | 11,84 | 15,39 |
| | Сок фруктовый | 200 | 0,76 | | 20,57 | 86 | 389-17,ТК | 16,00 | 20,80 |
| | Булочка творожная | 150 | 9,81 | 4,55 | 29,01 | 225 | 440-17 | 25,94 | 38,92 |
| | Итого за рацион питания : | 510 | 11,18 | 5,11 | 63,85 | 375 | | 53,78 | 75,11 |

СОГЛАСОВАНО
Руководитель организации
О.Ф. Сахарова



УТВЕРЖДЕНО
Директор
М.С. Шевченко
/ Шевченко М. С. /

М Е Н Ю (выбор)**

28.10.2023

12 и старше (5-11кл).

****картофель очищенный**

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, г | Б, г | Ж, г | У, г | Энергетическая ценность, Ккал | Стоимость, руб. |
|--------------------------|-------------|--------------|--------------|--------------|----------------------------------|-----------------|
| Салат | | 0,42 | 0,06 | 1,14 | 7 | 6,64 |
| 1 - Огурцы свежие порция | 60 | 0,42 | 0,06 | 1,14 | 7 | 6,64 |
| Основное | | 18,36 | 18,02 | 32,08 | 298 | 95,53 |
| 1 - Плов из говядины | 170 | 18,36 | 18,02 | 32,08 | 298 | 95,53 |
| Дополнение | | 4,17 | 0,85 | 41,67 | 189 | 20,83 |
| 1 - Сок фруктовый | 150 | 0,57 | | 15,42 | 64 | 15,60 |
| 1 - Хлеб пшеничный | 30 | 2,10 | 0,60 | 15,00 | 72 | 2,72 |
| 1 - Хлеб ржаной | 25 | 1,50 | 0,25 | 11,25 | 53 | 2,51 |
| | | 22,95 | 18,93 | 74,89 | 494 | 123,00 |

Принял:

Заведующий
производством

должность

М.С. Шевченко

подпись

О.Ф. Сахарова

расшифровка подписи