

«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: 06.03.2024

Неделя по цикличному меню: 1

День цикличному 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 | 20 | 4,64 | 5,90 | | 72 | 015-17 | 12,59 | 18,88 |
| | Пудинг из творога со сметаной | 140/10 | 11,66 | 13,79 | 22,60 | 303 | 362-04 | 49,63 | 74,46 |
| | Кефир порционно | 180 | 5,22 | 4,50 | 7,20 | 90 | 386-17,Т К | 13,60 | 17,68 |
| | Фрукты (Яблоки) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47 | ТК | 7,40 | 9,62 |
| | 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 |
| | Итого за рацион питания : | 500 | 25,22 | 25,39 | 63,6 | 626 | | 87,45 | 125,72 |
| Обед | Ассорти из соленых овощей (огурцы, помидоры) | 60 | 0,62 | 0,02 | 1,76 | 10 | 70-17 | 7,27 | 9,43 |
| | Суп картофельный с горохом | 200 | 4,60 | 4,48 | 17,84 | 134 | 139-4 | 7,84 | 11,77 |
| | Шницель рыбный натуральный с маслом | 100/5 | 13,02 | 14,51 | 7,98 | 230 | 235-17 | 40,27 | 60,38 |
| | Картофель отварной | 150 | 3,00 | 7,65 | 23,85 | 182 | 518-04 | 13,63 | 20,44 |
| | Какао с молоком | 180 | 3,67 | 3,19 | 15,82 | 107 | 382-17 | 9,09 | 13,64 |
| | 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 |
| Итого за рацион питания : | 775 | 30,21 | 31,15 | 105,75 | 846 | | 84,85 | 123,76 | |
| Полдник | Ватрушка с творогом | 100 | 12,30 | 7,31 | 38,90 | 269 | 410-17 | 18,72 | 28,07 |
| | Кефир порционно | 200 | 5,80 | 5,00 | 8,00 | 100 | 386-17,Т К | 15,11 | 19,64 |
| | Итого за рацион питания : | 300 | 18,1 | 12,31 | 46,9 | 369 | | 33,83 | 47,71 |