



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: 10.04.2024

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 продукта ового 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,ТК   | 13,60                               | 17,68               |
|            | Фрукты(Апельсины)                                       | 100              | 0,90                    | 0,20         | 8,10          | 38                            | 393-16      | 10,00                               | 13,00               |
|            | 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>500</b>       | <b>25,72</b>            | <b>25,19</b> | <b>61,9</b>   | <b>617</b>                    |             | <b>90,05</b>                        | <b>129,10</b>       |
| Обед       | Ассорти из овощей (горошек конс., огурцы соленые 30/30) | 60               | 0,89                    | 0,08         | 1,83          | 13                            | 70-17       | 10,74                               | 13,96               |
|            | 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                |
|            | <b>Итого за рацион питания :</b>                        | <b>775</b>       | <b>30,48</b>            | <b>31,21</b> | <b>105,82</b> | <b>849</b>                    |             | <b>88,32</b>                        | <b>128,29</b>       |
| 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,ТК   | 15,11                               | 19,64               |
|            | <b>Итого за рацион питания :</b>                        | <b>300</b>       | <b>18,1</b>             | <b>12,31</b> | <b>46,9</b>   | <b>369</b>                    |             | <b>33,83</b>                        | <b>47,71</b>        |