

«УТВЕРЖЕНО»
Директор АНО «Школьное питание»



Шевченко М. С.

Руководитель «Школьного питания»

Ежедневное меню основного (организованного) питания

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

Дата: 11.10.2023

Неделя по циклическому меню: 2

День циклическому меню: 3

| 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 | Котлета рыбная (филе минтай) | 100 | 14,80 | 13,90 | 11,80 | 164 | 234-17,Т К | 24,37 | 36,14 |
| | Картофель отварной | 150 | 3,00 | 7,65 | 23,85 | 182 | 518-04 | 13,11 | 19,67 |
| | Сок фруктовый | 180 | 0,68 | | 18,51 | 77 | 389-17,Т К | 14,40 | 18,72 |
| | 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 : | 580 | 22,16 | 22,7 | 87,08 | 577 | | 63,26 | 88,92 |
| Обед | Ассорти овощное, морковь, болгарский перец | 60 | 0,66 | 0,12 | 2,28 | 13 | ТК | 5,90 | 8,85 |
| | Суп с макаронными изделиями | 200 | 1,91 | 4,06 | 10,40 | 97 | 147-04 | 3,01 | 4,49 |
| | Филе птицы, тушенное в сметанном соусе | 95 | 14,94 | 5,67 | 3,15 | 223 | ТК | 48,90 | 73,36 |
| | Каша гречневая рассыпчатая с маслом | 150 | 4,79 | 4,44 | 30,89 | 244 | 302-17 | 10,75 | 16,13 |
| | Чай с сахаром и лимоном | 200 | 0,13 | | 10,20 | 42 | ТК | 2,05 | 3,07 |
| | 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 : | 785 | 27,73 | 15,59 | 95,42 | 802 | | 76,97 | 113,53 |
| Полдник | Рагстегай с мясом | 100 | 15,57 | 10,72 | 29,97 | 250 | 743-04 | 26,99 | 40,51 |
| | Сок фруктовый | 200 | 0,76 | | 20,57 | 86 | 389-17,Т К | 16,00 | 20,80 |
| | Итого за рацион питания : | 300 | 16,33 | 10,72 | 50,54 | 336 | | 42,99 | 61,31 |