



/ Шевченко М. С. /

М Е Н Ю (выбор)

18.10.2023

12 и старше (5-11кл).

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, г	Б, г	Ж, г	У, г	Энергетическая ценность, Ккал	Стоимость, руб.
Салат		3,06	2,87	0,91	42,33	14,26
1 - Яйцо куриное диетическое, сваренное вкрутую	40	4,78	4,05	0,25	57	14,25
2 - Огурцы свежие порция	130	0,91	0,13	2,47	16	14,36
3 - Сыр порционно	15	3,46	4,43		54	14,16
Основное		16,28	20,32	34,28	417,67	80,88
1 - Пудинг из творога со сметаной	155	16,07	21,37	30,67	469	80,92
2 - Шницель рыбный натуральный (филе минтая) с маслом	110	12,64	15,20	8,30	241	55,18
2 - Картофель отварной с укропом и сливочным маслом	185	3,56	7,06	27,57	188	25,62
3 - Гуляш из говядины	75	7,47	12,53	2,46	152	63,89
3 - Макароны, запеченные с сыром	150	6,10	4,80	33,80	203	16,98
Дополнение		7,18	6,62	53,88	301	27,90
1 - Какао с молоком	180	3,19	3,09	21,44	126	16,97
1 - Хлеб пшеничный	31	2,17	0,62	16,50	74	2,83
1 - Хлеб ржаной	25	1,50	0,25	11,25	53	2,51
1 - Кондитерские изделия (вафли топленое молоко 15г)	30	0,32	2,69	5,69	48	5,59
		26,52	29,81	89,07	761	123,02

Принял:

Заведующий
производством
должность

подпись

инспектор питания

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"



Шошенико М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель образовательной организации



Курочкина

Ежедневное меню основного (организованного) питания

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

Дата: 18.10.2023

Неделя по циклическому меню: 1

День циклическому меню: 3

Прим 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	Сыр порционно	10	2,32	2,95		36	015-17	6,29	9,44
	Пудинг из творога со сметаной	205	23,90	28,27	40,57	621	362-04	71,37	107,04
	Кефир порционно	200	5,46	4,40	7,28	90	386-17,ТК	15,11	19,64
	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	30	1,80	0,30	13,50	63	ТК	2,51	3,01
	Итого за рацион питания :	575	35,96	36,87	85,27	922		104,99	151,52
Обед	Суп картофельный с фасолью консервированной	250	6,20	5,60	22,30	167	139-04	16,30	24,45
	Шницель рыбный натуральный (филе минтая) с маслом	105	13,02	14,51	7,98	230	235-17	35,13	52,68
	Картофель отварной 2	180	3,60	9,18	28,62	218	518-04	13,78	20,68
	Каво с молоком	200	3,54	3,43	23,82	140	ТК	12,57	18,87
	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	50	3,00	0,50	22,50	105	ТК	4,18	5,01
	Итого за рацион питания :	935	33,24	34,57	139,14	1 020		93,21	135,93
Полдник	Ватрушка с творогом	100	11,29	7,01	38,10	261	410-17	20,97	31,43
	Ржженка порционно	250	6,83	5,50	9,55	115	386-17,ТК	30,27	39,36
	Итого за рацион питания :	350	18,12	12,51	47,65	376		51,24	70,79