

«УТВЕРЖДЕНО»
Руководитель АНО «Школьное питание»

/Шевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»
Руководитель общепитательной организации

МАОУ
СОШ №101

/Ирина Александровна Мещерякова

**Ежедневное меню
основного (организованного) питания**

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

Дата: 25.10.2023

Неделя по циклическому меню: 2

День циклическому меню: 3

Примечание	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	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	11,49	17,24
	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		61,64	86,49
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	Расстегай с мясом	100	15,57	10,72	29,97	250	743-04	27,08	40,63
	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		43,08	61,43