



СОГЛАСОВАНО  
Руководитель организации

*Иванова М. С.*



УТВЕРЖДЕНО  
Директор

*Иванова М. С.*

## М Е Н Ю (выбор)

**10.11.2023**  
**12 и старше (5-11кл.)**

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, г	Б, г	Ж, г	У, г	Энергетическая ценность, Ккал	Стоимость, руб.
<b>Салат</b>		<b>1,65</b>	<b>3</b>	<b>8,11</b>	<b>66,67</b>	<b>10,22</b>
1 - Морковные палочки	135	1,76	0,14	9,32	47	10,13
2 - Салат витаминный	100	1,50	4,40	4,80	64	10,45
3 - Икра свекольная	100	1,98	4,47	10,40	89	10,09
<b>Основное</b>		<b>18,55</b>	<b>15,45</b>	<b>39,63</b>	<b>386,67</b>	<b>92,01</b>
1 - Филе минтая запеченное	80	12,25	11,44	3,33	190	59,64
1 - Рис с кукурузой и морковью	155	3,27	6,66	24,21	170	32,19
2 - Гречка по-Кубански с говядиной	160	23,09	8,32	63,79	414	92,28
3 - Котлета "Школьная"	100	14,70	11,66	12,70	243	71,91
3 - Рагу из овощей с зеленым горошком	165	2,32	8,28	14,66	143	20,00
<b>Дополнение</b>		<b>5,57</b>	<b>1,59</b>	<b>66,91</b>	<b>260</b>	<b>20,77</b>
1 - Чай с сахаром	200	0,07	0,02	10,00	40	2,72
1 - Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	96	3,66
1 - Хлеб ржаной	38	2,28	0,38	17,10	80	3,81
1 - Фрукты (яблоки)	110	0,42	0,39	9,81	44	10,58
		<b>28,77</b>	<b>20,04</b>	<b>104,65</b>	<b>713,34</b>	<b>123,00</b>

Принял:

Заведующий  
производством  
\_\_\_\_\_

*Иванова М. С.*  
\_\_\_\_\_

*Иванова М. С.*  
\_\_\_\_\_

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО «Школьное питание»

Шабалина М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

**Ежедневное меню  
основного (организованного) питания**

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

Дата: 10.11.2023

Неделя по циклическому меню: 1

День циклическому меню: 5

Примечание	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептур	Цена продукта набора в рублях	Цена всего в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы				
Завтрак	Ассорти из соленых овощей	110	1,05	0,66	1,14	17	70-17	13,31	17,30
	Рыба, запеченная с маслом (филе минтай)	115	17,65	16,45	4,79	273	ТК	57,24	85,85
	Картофельное пюре	180	3,84	6,24	23,76	167	54-11г-20, ТК	15,86	23,79
	Сек фруктовый	180	0,68		18,51	77	389-17,Т К	14,40	18,72
	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	96	ТК	3,08	3,70
	Хлеб ржаной	30	1,80	0,30	13,50	63	ТК	2,51	3,01
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>655</b>	<b>27,82</b>	<b>24,45</b>	<b>81,7</b>	<b>693</b>		<b>106,40</b>	<b>152,37</b>
Обед	Суп картофельный с крупой (пшеничной)	250	2,10	2,80	19,10	143	138-04	7,73	11,61
	Запеканка из творога с курагой со сметаной	200	9,36	8,53	126,03	520	ТК	75,01	112,52
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,13		10,20	42	ТК	2,05	3,07
	Фрукты (яблоки)	100	0,38	0,35	8,92	40	ТК	7,40	9,62
	Хлеб пшеничный	60	4,20	1,20	30,00	143	ТК	4,62	5,54
	Хлеб ржаной	40	2,40	0,40	18,00	84	ТК	3,34	4,01
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>850</b>	<b>18,57</b>	<b>13,28</b>	<b>212,25</b>	<b>972</b>		<b>100,15</b>	<b>146,37</b>
Полдник	Расстегай с мясом	100	15,57	10,72	29,97	250	743-04	27,08	40,63
	Компот из вишни	200	0,20		32,50	126	342-17,Т К	9,22	13,83
	Фрукты (яблоки)	100	0,38	0,35	8,92	40	ТК	7,40	9,62
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>400</b>	<b>16,15</b>	<b>11,07</b>	<b>71,39</b>	<b>416</b>		<b>43,70</b>	<b>64,08</b>