



М Е Н Ю (выбор)

20.11.2023

12 и старше (5-11кл.)

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, г	Б, г	Ж, г	У, г	Энергетическая ценность, Ккал	Стоимость, руб.
Салат		0,92	3,27	2,57	44	13,19
1 - Ассорти из соленых овощей	85	0,81	0,51	0,88	13	13,37
2 - Салат из квашеной капусты	75	0,62	3,77	1,38	42	13,00
3 - Икра кабачковая	70	1,32	5,54	5,45	77	13,19
Основное		16,76	17,65	22,29	317	78,71
1 - Омлет с сыром запеченный	200	21,50	22,22	3,68	300	78,46
2 - Жаркое по-домашнему	180	18,33	19,23	11,46	292	78,78
3 - Наггетсы куриные	70	5,11	5,32	22,27	164	64,39
3 - Макароны отварные с овощами	155	5,34	6,19	29,47	195	14,51
Дополнение		4,18	1,03	49	219	31,10
1 - Сок фруктовый	180	0,68		18,51	77	18,72
1 - Хлеб пшеничный	26	1,82	0,52	13,00	62	2,40
1 - Хлеб ржаной	23	1,38	0,23	10,35	48	2,28
1 - Фрукты (яблоки)	80	0,30	0,28	7,14	32	7,70
		21,86	21,95	73,86	580	123,00

Принял:

Заведующий
производством

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО «Школьное питание»



Шевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель образовательной организации



Курманова И.И.

Ежедневное меню основного (организованного) питания

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

Дата: 20.11.2023

Неделя по цикличному меню: 1

День цикличному меню: 1

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	Сыр порционно	20	4,64	5,90		72	015-17	12,59	18,88
	Каша вязкая молочная рисовая с маслом	200	5,71	10,33	40,90	280	№174	17,78	26,67
	Кофейный напиток	200	3,17	2,78	15,95	101	ТК	12,86	19,29
	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	30	1,80	0,30	13,50	63	ТК	2,51	3,01
	Итого за рацион питания :	600	19,2	20,66	104,27	676		56,99	82,09
Обед	Борщ с капустой белокочанной и картофелем	250	2,00	5,20	5,20	106	110-04	11,29	16,93
	Наггетсы куриные	100	7,30	7,60	31,82	234	ТК	61,33	91,96
	Макароны отварные с овощами	180	6,21	7,19	34,23	226	205-17	11,25	16,87
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	10,00	40	ТК	1,82	2,72
	Пирожки печеные из дрожжевого теста с печенью	75	11,68	8,04	22,48	210	406-17	20,51	30,78
	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	96	ТК	3,08	3,70
	Хлеб ржаной	40	2,40	0,40	18,00	84	ТК	3,34	4,01
Итого за рацион питания :	885	32,46	29,25	141,73	996		112,62	166,97	
Полдник	Кулебяка с капустой	150	9,05	8,75	46,85	304	742-04	12,03	18,05
	Кофейный напиток	200	3,17	2,78	15,95	101	ТК	12,86	19,29
	Итого за рацион питания :	350	12,22	11,53	62,8	405		24,89	37,34