



УТВЕРЖДЕНО

Директор

Шевченко М. С. /

## М Е Н Ю (выбор)

05.12.2023  
12 и старше (9-11кл.)

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, г	Б, г	Ж, г	У, г	Энергетическая ценность, Ккал	Стоимость, руб.
<b>Салат</b>		1,82	4,38	10,11	79,33	11,40
1 - Огурцы соленные	70	0,56	0,07	1,19	7	11,51
2 - Салат из капусты белокачанной	130	1,89	4,23	8,41	79	11,47
3 - Салат из свеклы отварной	145	2,81	8,86	20,74	152	11,21
		20,93	18,01	44,19	438,33	93,36
<b>Основное</b>						77,21
1 - Филе птицы, тушенное в сметанном соусе	100	15,73	5,97	3,32	235	16,13
1 - Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150	4,78	4,44	30,89	244	
2 - Шницель говяжий	90	14,15	12,44	12,54	221	70,27
2 - Картофельное пюре	170	3,83	5,89	22,44	157	23,25
3 - Оладьи из филе птицы с сыром	85	20,57	17,51	31,28	252	69,55
3 - Ризотто с овощами	146	3,93	7,77	32,00	206	23,67
		21,74	1,03	51,19	246	16,24
<b>Дополнение</b>						12,46
1 - Кисель из ячменя	200	18,00	0,14	23,94	117	
1 - Хлеб пшеничный	32	2,24	0,64	16,00	76	3,03
1 - Хлеб ржаной	25	1,50	0,25	11,25	53	2,75
		44,29	23,42	105,49	763,66	123,00

Принял:

Заведующий  
производством  
должность

подпись

расшифровка подписи

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АИО "Школьное питание"



Шевченко М.С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации



Дуванова И.А.

### Ежедневное меню основного (организованного) питания

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

Дата: 05.12.2023

Недели по циклическому меню: 1

День циклическому меню: 2

Примечания	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептур	Цена продукта одного набора в рублях	Цена всего в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы				
Завтрак	Огурцы соленые	120	0,96	0,12	2,04	12	70-17	15,18	19,73
	Шницель говяжий	100	15,72	13,82	14,04	245	451-04	52,34	78,07
	Картофельное пюре	180	3,84	6,24	23,76	167	54-11г-20, ТК	16,41	24,62
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,13		10,20	42	ТК	2,44	3,65
	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	72	ТК	2,40	2,88
	Хлеб ржаной	30	1,80	0,30	13,50	63	ТК	2,75	3,30
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>660</b>	<b>24,55</b>	<b>21,08</b>	<b>78,54</b>	<b>601</b>		<b>91,52</b>	<b>132,25</b>
Обед	Суп из овощей	250	2,20	4,40	12,40	99	135-04	9,93	14,56
	Гратен из печени	120	21,32	13,53	8,95	275	ТК	44,11	65,85
	Ризотто с овощами	180	4,84	9,58	39,46	254	ТК	21,45	29,18
	Сок фруктовый	180	0,68		18,51	77	389-17,ТК	14,40	18,72
	Кондитерские изделия (печенье 30гр)	30	2,50	4,00	21,00	130	ТК	9,67	12,57
	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	4,00	4,80
	Хлеб ржаной	40	2,40	0,40	18,00	84	ТК	3,67	4,40
<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>950</b>	<b>37,82</b>	<b>33,26</b>	<b>152,24</b>	<b>1 079</b>		<b>114,63</b>	<b>159,70</b>	
Полдник	Булочка с сыром	100	11,90	16,40	41,60	366	ТК	17,46	26,19
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,13		10,20	42	ТК	2,44	3,65
	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>12,41</b>	<b>16,75</b>	<b>60,72</b>	<b>448</b>		<b>27,30</b>	<b>39,46</b>