



М Е Н Ю (выбор)

06.12.2023

12 и старше (5-11кл).

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД г	Б, г	Ж, г	У, г	Энергетическая ценность, Ккал	Стоимость, руб.
Салат		5,81	10,33	2,19	124,33	18,85
1 - Сыр порционно	20	4,64	5,90		72	18,88
2 - Салат из моркови с сыром	110	11,88	24,97	4,82	289	18,75
3 - Огурцы соленые	115	0,92	0,12	1,96	12	18,91
Основное		16,52	12,68	27,88	305,33	76,56
1 - Пудинг из творога с джемом	140/15	11,66	13,79	19,79	303	76,46
2 - Котлеты "Московские"	80	12,72	11,52	12,80	190	65,08
2 - Каша пшеничная рассыпчатая	175	3,33	2,63	19,43	119	11,56
3 - Рыба, запеченная с картофелем по-русски	278	21,86	10,09	31,62	304	76,58
Дополнение		5,49	3,93	54,44	275	27,59
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	3,79
1 - Хлеб ржаной	25	1,50	0,25	11,25	53	2,75
1 - Кондитерские изделия (вафли топленое молоко 15г)	15	0,32	2,66	5,69	48	5,59
1 - Фрукты (Мандарин)	100	0,80	0,20	7,50	38	12,74
		27,82	26,94	64,51	704,66	123,00

Принял:

Заведующий
производством

должность

подпись

расшифровка подписи

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО «Школьное питание»

/Шенченко М. С.



«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

/Диманова Н.В.



Ежедневное меню основного (организованного) питания

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

Дата: 06.12.2023

Неделя по циклическому меню: 1

День циклическому меню: 3

Примечание	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	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	71,49	107,23
	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	2,40	2,88
	Хлеб ржаной	30	1,80	0,30	13,50	63	ТК	2,75	3,30
	Итого за рацион питания :	575	35,96	36,87	85,27	922		105,44	152,11
Обед	Суп картофельный с горохом	250	5,75	5,60	22,30	167	139-4	9,25	13,88
	Шницель рыбный натуральный с маслом	105	13,02	14,51	7,98	230	235-17	42,08	63,11
	Картофель отварной	180	3,60	9,18	28,62	218	518-04	15,13	22,69
	Какао 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	4,00	4,80
	Хлеб ржаной	50	3,00	0,50	22,50	105	ТК	4,58	5,50
	Итого за рацион питания :	935	32,79	34,57	139,14	1 020		95,01	138,47
Полдник	Ватрушка с творогом	100	11,29	7,01	38,10	261	410-17	18,83	28,24
	Ряженка 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		49,10	67,60