



М Е Н Ю (выбор)

12.12.2023

12 и старше (5-11кл.)

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, г	Б, г	Ж, г	У, г	Энергетическая ценность, Ккал	Стоимость, руб.
Салат		1,55	4,24	7,01	71,67	14,30
1 - Салат из квашеной капусты с зеленым горошком	70	1,61	2,17	4,90	43	14,24
2 - Икра свекольная	140	2,35	6,26	14,56	124	14,12
3 - Салат из соевых бобов с луком	85	0,69	4,28	1,56	48	14,55
Основное		20,25	11,79	42,63	352,67	82,84
1 - Рататут из филе птицы	200	17,87	9,91	20,40	225	82,84
2 - Митбол с томатным соусом	130	14,64	11,17	16,41	229	70,48
2 - Макароны отварные с маслом сливочным	170	3,36	4,67	35,98	209	12,53
3 - Котлеты рыбные	120	17,46	3,74	13,94	160	56,17
3 - Картофель по-деревенски	190	5,18	5,97	40,85	238	26,51
Дополнение		4,06	5,8	44,57	260	25,86
1 - Соус фруктовый	200	0,78		20,57	88	20,80
1 - Хлеб пшеничный	30	2,10	0,90	16,00	72	2,86
1 - Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42	2,20
		25,86	16,83	84,11	624,34	123,08

Принят

Заведующий
производством
детишек


Подпись


Экспертная подпись

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"

Шевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель образовательной организации

Ежедневное меню
основного (организованного) питания

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

Дата: 12.12.2023

Неделя по циклическому меню: 2

День циклическому меню: 1

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	Салат из квашеной капусты с зеленым горошком	100	2,30	3,10	7,00	61	ТК	15,45	20,36
	Рагу из филе птицы	200	17,87	9,81	20,40	226	210-03,ТК	55,23	82,84
	Каша с молоком	180	3,19	3,09	21,44	126	ТК	11,32	16,97
	Кондитерские изделия (приники 25гр)	25	0,55	0,41	6,82	33	ТК	8,90	11,57
	Хлеб пшеничный	50	3,50	1,00	25,00	120	ТК	4,00	4,80
	Хлеб ржаной	30	1,80	0,30	13,50	63	ТК	2,75	3,30
	Итого за рацион питания :	585	29,21	17,71	94,16	629		97,65	139,84
Обед	Кукуруза консервированная	100	2,00	0,80	12,20	61	173-17	31,21	40,57
	Борщ из свежей капусты	250	1,58	4,38	6,25	71	93-18	8,02	12,03
	Плов из говядины	200	21,60	21,20	37,74	330	443-04,ТК	74,93	112,41
	Кисель из вишни	200	18,00	0,14	23,94	117	350-17,ТК	8,31	12,46
	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	60	4,20	1,20	30,00	143	ТК	4,80	5,76
	Хлеб ржаной	40	2,40	0,40	18,00	84	ТК	3,67	4,40
	Итого за рацион питания :	980	52,66	32,47	158,05	996		148,01	209,82
Полдник	Пирожки печеные из дрожжевого теста с картофелем	150	0,05	11,40	55,35	140	405,406,467-17	11,92	17,89
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	10,00	40	ТК	1,82	2,72
	Итого за рацион питания :	350	0,12	11,42	65,35	400		13,74	20,61