

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"

Шевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

МАОУ  
СОШ №101

**Ежедневное меню  
основного (организованного) питания**

Возрастная категория питающихся: 7 - 11 лет, ОВЗ, дети-инвалиды

Дата: 19.12.2023

Неделя по циклическому меню: 1

День циклическому меню: 2

Прием пищи	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	70	0,67	0,42	0,73	11	70-17	8,47	11,02
	Шницель говяжий	100	15,72	13,82	14,04	245	451-04	52,34	78,07
	Картофельное пюре	160	3,41	5,55	21,12	148	54-11г-20, ТК	14,59	21,89
	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	20	1,20	0,20	9,00	42	ТК	1,83	2,20
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>580</b>	<b>23,23</b>	<b>20,59</b>	<b>70,09</b>	<b>560</b>		<b>82,07</b>	<b>119,71</b>
Обед	Морковные палочки	60	0,78	0,06	4,14	21	ТК	3,00	4,50
	Суп из овощей	200	1,76	3,52	9,92	79	135-04	7,95	11,64
	Гречен из печени	120	21,32	13,53	8,95	275	ТК	44,11	65,85
	Ризотто с овощами	150	4,04	7,98	32,88	212	ТК	17,86	24,31
	Сок фруктовый	200	0,76		20,57	86	389-17,Т К	16,00	20,80
	Кондитерские изделия (печенье 30гр)	30	2,50	4,00	21,00	130	ТК	9,67	12,57
	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	96	ТК	3,20	3,84
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42	ТК	1,83	2,20
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>820</b>	<b>35,16</b>	<b>30,09</b>	<b>126,46</b>	<b>941</b>		<b>103,62</b>	<b>145,71</b>
Полдник	Булочка творожная	100	6,54	3,03	19,34	150	440-17	17,03	25,55
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,13		10,20	42	ТК	2,44	3,65
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>300</b>	<b>6,67</b>	<b>3,03</b>	<b>29,54</b>	<b>192</b>		<b>19,47</b>	<b>29,20</b>