



## М Е Н Ю (выбор)

26.12.2023

12 и старше (5-11кл).

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, г	Б, г	Ж, г	У, г	Энергетическая ценность, Ккал	Стоимость, руб.
<b>Салат</b>		1,55	4,24	7,01	71,67	14,36
1 - Салат из квашеной капусты с зеленым горошком	70	1,01	2,17	4,90	43	14,24
2 - Икра свекольная	140	2,35	6,26	14,56	124	14,12
3 - Салат из соленых огурцов с луком	85	0,69	4,28	1,56	48	14,55
<b>Основное</b>		26,25	11,78	42,53	352,67	83,03
1 - Рагу из филе птицы	200	17,87	9,81	20,40	226	82,84
2 - Митбол с томатным соусом	130	14,64	11,17	16,41	225	70,48
2 - Макароны отварные с маслом сливочным	170	5,58	4,67	35,98	209	12,53
3 - Котлеты рыбные	120	17,48	3,74	13,94	160	56,73
3 - Картофель по-деревенски	190	5,18	5,97	40,85	238	26,51
<b>Дополнения</b>		3,94	0,78	43,67	196	25,67
1 - Сок фруктовый	200	0,76		20,57	86	20,80
1 - Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	72	2,88
1 - Хлеб ржаной	18	1,08	0,18	8,10	38	1,99
		25,74	16,81	93,21	620,34	123,00

Принял:

Заведующий  
производством  
должность

  
подпись

  
расшифровка подписи

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школы питания"

Щеменко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

**Ежедневное меню  
основного (организованного) питания**

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

Дата: 26.12.2023

Неделя по циклическому меню: 2

День циклическому меню: 1

Пример пищи	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,Т К	55,23	82,84
	Какао 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
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>585</b>	<b>29,21</b>	<b>17,71</b>	<b>94,16</b>	<b>629</b>		<b>97,65</b>	<b>139,84</b>
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	350	443-04,Т К	74,93	112,41
	Кисель из вишни	200	18,00	0,14	23,94	117	350-17,Т К	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
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>980</b>	<b>52,66</b>	<b>32,47</b>	<b>158,05</b>	<b>996</b>		<b>148,01</b>	<b>209,82</b>
Полдник	Пирожки печеные из дрожжевого теста с картофелем	150	9,05	11,40	55,35	360	405,406,4 67-17	12,52	18,79
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	10,00	40	ТК	1,82	2,72
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>350</b>	<b>9,12</b>	<b>11,42</b>	<b>65,35</b>	<b>400</b>		<b>14,34</b>	<b>21,51</b>