



М Е Н Ю (выбор)

29.12.2023

12 и старше (5-11кл).

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, г	Б, г	Ж, г	У, г	Энергетическая ценность, Ккал	Стоимость, руб.
Салат		5,35	11,21	4,12	141	20,78
1 - Салат из кашеной калусты	120	1,00	8,04	2,21	87	20,78
2 - Горошек консервированный	70	2,10	0,38	8,11	41	20,85
3 - Салат из моркови с сыром	120	12,96	27,24	6,04	315	20,46
Основное		23,13	20,08	32,96	413	63,83
1 - Гратен из печени	120	21,32	13,53	8,95	275	65,85
1 - Макароны отварные с овощами	180	8,55	7,58	36,13	239	17,81
2 - Омлет с сыром запеченный	174	18,75	21,88	3,14	283	84,08
3 - Котлета рубленная из куриного филе	100	18,20	8,40	13,40	202	56,18
3 - Ризотто с овощами	170	4,57	8,04	37,28	240	27,56
Дополнение		4,51	1,38	48,37	220	18,47
1 - Чай с сахаром	200	0,07	0,02	10,00	40	2,72
1 - Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	98	3,84
1 - Хлеб ржаной	21	1,28	0,21	5,45	44	2,29
1 - Фрукты (яблоки)	100	0,38	0,35	8,92	40	9,82
		32,98	32,67	85,45	774	123,00

Принял:

Заведующий
производством
должность

подпись

расшифровка подписи

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"


 Гивченко М. С.


«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации


 I. Рухович И. В.


**Ежедневное меню
основного (организованного) питания**

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

Дата: 29.12.2023

Неделя по циклическому меню: 2

День циклическому меню: 5

Прием пищи	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	Морковные палочки	100	1,30	0,10	6,90	35	ТК	5,00	7,50
	Гречен из печени	120	21,32	13,53	8,95	275	ТК	44,11	65,85
	Макароны отварные с овощами	180	6,21	7,19	34,23	226	205-17	11,25	16,87
	Сок фруктовый	180	0,68		18,51	77	389-17,ТК	14,40	18,72
	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 :	640	33,41	21,72	97,09	748		79,91	115,12
Обед	Салат из соленых огурцов с луком	100	0,82	5,03	1,83	56	21-17	12,97	17,11
	Борщ с капустой белокочанной и картофелем	250	2,00	5,20	5,20	106	110-04	11,36	17,03
	Рыба, запеченная с маслом	120	18,42	17,17	5,00	285	ТК	59,72	89,58
	Картофельное пюре	180	3,84	6,24	23,76	167	54-11г-20,ТК	16,41	24,62
	Кофейный напиток	200	3,17	2,78	15,95	101	ТК	12,86	19,29
	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
	Итого за рацион питания :	940	34,15	37,82	94,74	919		120,99	176,83
Полдник	Булочка творожная	100	6,54	3,03	19,34	150	440-17	17,72	26,58
	Сок фруктовый	180	0,68		18,51	77	389-17,ТК	14,40	18,72
	Фрукты (яблоки)	100	0,38	0,35	8,92	40	ТК	7,40	9,62
	Итого за рацион питания :	380	7,6	3,38	46,77	267		39,52	54,92