



СОГЛАСОВАНО
Руководитель организации

М.В. Шенченко



УТВЕРЖДЕНО
Директор

Шенченко М. С.

М Е Н Ю (выбор)

17.01.2024

12 и старше (5-11кл).

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Выход, г	Б, г	Ж, г	У, г	Энергетическая ценность, Ккал	Стоимость, руб.
Салат		2,54	5,88	1,88	70,33	17,45
1 - Огурцы соленные	105	0,84	0,11	1,79	11	17,27
2 - Салат из моркови с сыром	100	5,94	12,49	2,31	144	17,77
3 - Салат из квашеной капусты	100	0,83	5,03	1,84	96	17,31
Основное		15,98	18,95	26,27	381,33	93,01
1 - Филе птицы, тушенное в сметанном соусе	100	15,73	5,97	3,32	235	67,41
1 - Картофельное пюре	180	3,84	8,24	23,78	167	25,69
2 - Вок "Курица с рисом и овощами"	215	12,04	22,15	40,21	308	93,02
3 - Гуляш из говядины	105	10,46	17,55	3,43	213	79,63
3 - Макароны отварные с маслом сливочным	180	5,90	4,94	26,10	221	13,27
Дополнение		8,08	4,48	87,87	298	26,08
1 - Какао с молоком	200	3,54	3,43	23,62	140	16,87
1 - Хлеб пшеничный	35	2,45	0,70	17,50	64	3,36
1 - Хлеб ржаной	35	2,10	0,35	15,75	74	3,85
		26,62	29,31	85,32	749,68	136,54

Принят:

*Заведующий
производством*
должность

[Подпись]
подпись

Колосова Д.А.
руководитель пищевого

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"

Шевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общешкольной организации

Сидорова М. В.

Ежедневное меню
основного (организованного) питания

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

Дата: 17.01.2024

Неделя по циклическому меню: 2

День циклическому меню: 3

Примечание	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	Котлета рыбная	100	14,80	13,90	11,80	164	234-17,Т К	29,53	43,88
	Картофель отварной	180	3,50	9,18	28,62	218	518-04	16,00	23,99
	Сок фруктовый	180	0,68		18,51	77	389-17,Т К	14,40	18,72
	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	30	1,80	0,30	13,50	63	ТК	2,75	3,30
	Итого за рацион питания :	648	24,76	24,73	106,35	682		74,08	104,31
Обед	Салат из свеклы и зеленого горошка	100	1,48	8,88	7,56	116	11-17	7,62	10,99
	Суп с макаронными изделиями	250	2,39	5,08	13,00	121	147-04	3,42	5,13
	Филе индейки тушеное в сметанном соусе	120	18,88	7,16	3,98	282	ТК	61,77	92,66
	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180	5,74	5,33	37,06	293	302-17	12,90	19,35
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,13		10,20	42	ТК	2,44	3,65
	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 :	1 850	35,6	28,4	128,72	1 121		104,82	151,56
Полдник	Котлета курятины, запеченная в тесте	100	11,99	10,41	33,17	234	ТК	23,88	35,60
	Сок фруктовый	180	0,68		18,51	77	389-17,Т К	14,40	18,72
	Фрукты (яблоки)	100	0,38	0,35	8,92	40	ТК	7,40	9,62
	Кондитерские изделия (вафли топленое молоко 15с)	15	0,32	2,66	5,69	48	ТК	4,30	5,59
	Итого за рацион питания :	395	13,37	13,42	66,29	399		49,98	69,53