



## М Е Н Ю (выбор)


22.02.2024

12 и старше (5-11кл).

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, г	Б, г	Ж, г	У, г	Энергетическая ценность, Ккал	Стоимость, руб.
<b>Салат</b>		<b>1,25</b>	<b>4,54</b>	<b>3,59</b>	<b>61</b>	<b>17,47</b>
1 - Ассорти из соевых овощей	110	1,05	0,66	1,14	17	17,30
2 - Икра кабачковая	100	1,68	7,92	7,78	110	17,80
3 - Салат из квашеной капусты	100	0,63	5,03	1,84	58	17,31
<b>Основное</b>		<b>20,92</b>	<b>21,76</b>	<b>43,43</b>	<b>447,67</b>	<b>86,19</b>
1 - Оладьи из мяса птицы с сыром	100	24,20	20,60	3,68	297	72,59
1 - Макароны отварные с маслом сливочным	180	5,80	4,94	38,10	221	13,27
2 - Вок "Курица с рисом и овощами"	200	11,20	20,60	37,40	287	86,36
3 - Шницель говяжий	100	15,72	13,82	14,04	245	67,01
3 - Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180	6,74	5,33	37,06	293	19,35
<b>Дополнение</b>		<b>8,02</b>	<b>3,88</b>	<b>51,45</b>	<b>269</b>	<b>27,05</b>
1 - Кофейный напиток	200	3,17	2,78	15,95	101	19,29
1 - Хлеб пшеничный	35	2,45	0,70	17,50	84	3,36
1 - Хлеб ржаной	40	2,40	0,40	18,00	64	4,40
		<b>30,19</b>	<b>30,18</b>	<b>98,47</b>	<b>777,67</b>	<b>130,71</b>

Принят:

Заведующий  
производством  
должность

  
подпись

  
расшифровка подписи

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"  
Шевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

Ежедневное меню  
основного (организованного) питания

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

Дата: 22.02.2024

Неделя по циклическому меню: 1

День циклическому меню: 4

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	Морковные палочки	120	1,32	0,24	4,56	53	ТК	6,40	9,60
	Вок "Курица с рисом и овощами"	200	11,20	20,60	37,40	287	310-16	60,67	91,01
	Кисель из кураги	200	0,89	0,06	32,75	155	ТК	11,65	17,48
	Кондитерские изделия (пряники 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>625</b>	<b>19,26</b>	<b>22,61</b>	<b>120,03</b>	<b>711</b>		<b>94,37</b>	<b>137,76</b>
Обед	Сыр порционно	30	6,96	8,85		108	015-17	18,88	28,32
	Борщ сибирский с капустой свежей	250	3,90	4,30	16,00	118	111-04	14,94	22,39
	Омлет с овощами и маслом сливочным	215/5	20,50	34,60	5,89	352	ТК	57,94	85,34
	Кофейный напиток	200	3,17	2,78	15,95	101	ТК	12,86	19,29
	Фрукты (Яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47	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>900</b>	<b>41,83</b>	<b>52,53</b>	<b>95,64</b>	<b>953</b>		<b>120,49</b>	<b>175,12</b>
Полдник	Котлета говяжья, запеченная в тесте	100	11,99	10,41	33,17	274	420-17	32,26	48,18
	Сок фруктовый	200	1,00		20,20	85	389-17,ТК	16,00	20,80
	Фрукты (Яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47	ТК	7,40	9,62
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>400</b>	<b>13,39</b>	<b>10,81</b>	<b>63,17</b>	<b>406</b>		<b>55,66</b>	<b>78,60</b>