



М Е Н Ю (выбор)

18.09.2024

12 и старше (5-11кл).

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД г	Б, г	Ж, г	У, г	Энергетическая ценность, Ккал	Стоимость, руб.		
						продукт набор	услуга	ИТОГО
Салат		2	9,33	10,17	82	32,49	9,74	42,23
1 - Кукуруза сахарная	100	2,00	3,33	10,17	53	32,49	9,74	42,23
Основное		18,09	17,68	44,36	455,3	56,78	25,93	81,71
1 - Филе птицы, тушенное в сметанном соусе	100	11,58	7,83	3,84	167	41,02	18,72	59,74
1 - Каша гречневая рассыпчатая	180	8,96	7,56	43,20	281	14,48	7,24	21,72
2 - Рыба запеченная "Фид-ка"	100	11,44	14,30	4,17	238	40,34	18,02	58,36
2 - Картофель по-деревенски	180	4,91	5,66	39,71	225	15,72	7,88	23,60
Дополнение		3,6	6,8	36,7	142	7,21	2,13	9,34
1 - Чай с сахаром и лимоном	200	0,30		6,70	28	2,32	1,16	3,48
1 - Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	72	2,77	0,55	3,32
1 - Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42	2,12	0,42	2,54
Итого		24,58	18,81	86,83	642,5	95,48	37,80	133,28

Принял:

Заведующий
производством

расшифровка подписи

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО «Школа для питания»

Шевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

МАДУ
С/ОП №101

**Ежедневное меню
основного (организованного) питания**

Возрастная категория обучающихся: 7 - 11 лет в том числе: ОБЗ, дети-инвалиды

Дата: 18.09.2024

Неделя по циклическому меню: 1

День циклическому меню: 3

Пример питания	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетич. ценность - Ккал	№ рецептур ы	Цена продуктов набора в рублях	Цена всего в рублях
			Белк и	Жиры	Углево ды				
Завтрак	Сыр твердых сортов в нарезке	15	3,50	4,40		54	54-13-202 2	10,60	15,90
	Запеканка воздушная "Зебра" с сахарной пудрой (150/5)	155	10,16	15,30	39,18	395	ТК № 3/7	65,19	97,76
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,30		6,70	28	54-3гн-20 22	2,32	3,48
	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	72	Пром.1	2,77	3,32
	Фрукты свежие (Нектарины)	100	0,09	0,20	8,10	43	Пром.	14,50	18,85
	Итого за рацион питания :	500	16,15	20,5	68,98	491		95,38	138,31
Обед	Салат из свежих помидоров	80	0,88	4,90	3,65	62	23-2017	9,13	12,18
	Борщ с капустой и картофелем	200	1,60	4,16	10,48	85	№110-200 4	8,66	12,95
	Филе птицы, тушенное в сметанном соусе	100	11,58	7,83	3,84	167	ТК № 0/2, 504-22	41,02	61,52
	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,30	6,30	36,00	234	54-4г-202 3	12,07	18,10
	Сок натуральный	200	1,00		20,20	85	Пром.	16,00	20,80
	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	96	Пром. 5	3,69	4,43
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42	Пром.2	2,12	2,54
	Итого за рацион питания :	790	27,36	24,19	103,17	771		92,69	132,52
Полдник	Пирожок печеный с картофелем	75	4,64	5,03	27,52	174	406-2017	5,99	8,97
	Кисель с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107	382-2017	10,83	16,24
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.3	7,40	9,62
	Итого за рацион питания :	355	8,71	8,62	53,14	328		24,22	34,83
ВСЕГО :	1645	52,32	53,31	225,29	1691		212,29	306,66	

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО «Школьное питание»

Шереметьев М. С.

«Школьное питание»

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общешкольной организации

СОВЕТУ

СОШ №101

Ежедневное меню

основного (организованного) питания

Возрастная категория питающихся: 12 и старше в том числе: ООП, дети-инвалиды, дети мобилизованных, дети погибших, многодетные

Дата: 18.09.2024

Неделя по циклическому меню: 1

День циклическому меню: 3

Примечание	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептур	Цена продукта по выбору в рублях	Цена всего в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы				
Завтрак	Сыр твердых сортов и нарезка	15	3,50	4,40		54	54-1х-2022	10,60	15,90
	Запеканка воздушная "Зебра" с джемом (180/20)	200	12,29	18,44	55,35	489	ТК № 3/7	82,05	123,09
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,30		6,70	28	54-3гн-2022	2,32	3,48
	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	96	Пром. 5	3,69	4,43
	Фрукты свежие (Настаршим)	100	0,09	0,20	8,10	43	Пром.	14,50	18,85
	Итого за рацион питания :	555	18,98	23,84	96,15	710		113,16	169,78
Обед	Салат из свежих помидоров	100	1,10	6,12	4,57	78	23-2017	11,41	15,21
	Борщ с капустой и картофелем	250	2,00	5,20	13,10	106	№110-2004	10,75	16,12
	Филе тунца, тушенное в сметанном соусе	120	13,90	9,40	4,61	200	ТК № О/2, 594-22	49,23	73,83
	Каша гречневая рассыпчатая	180	8,96	7,56	43,20	281	54-4г-2023	14,48	21,72
	Сок натуральный	200	1,00		20,20	85	Пром.	16,00	20,80
	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	96	Пром. 5	3,69	4,43
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42	Пром.2	2,12	2,54
Итого за рацион питания :	910	31,96	29,28	114,68	888		187,48	194,65	
Полдник	Пирожки печеный с картофелем	100	6,19	6,70	36,69	232	406-2017	7,98	11,96
	Каша с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107	382-2017	10,83	16,24
	Фрукты свежие (млодо)	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.3	7,40	9,62
	Итого за рацион питания :	380	10,26	10,29	62,31	388		26,21	37,82
	ВСЕГО :	1845	61,2	63,41	267,14	1984		247,65	398,22