

«УТВЕРЖДЕНО»  
 Директор АНО «Школьное питание»

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации



Шевченко М. С.

/

**Ежедневное меню  
 основного (организованного) питания**

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

Дата: 13.10.2023

Неделя по цикличному меню: 2

День цикличному меню: 5

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	Цена продуктового набора в рублях	Цена всего в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы				
Завтрак	Огурцы свежие порция	100	0,70	0,10	1,90	12	ТК	8,51	11,06
	Гратен из печени	120	21,32	13,53	8,95	275	ТК	44,07	65,79
	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	2,31	2,77
	Хлеб ржаной	30	1,80	0,30	13,50	63	ТК	2,51	3,01
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>640</b>	<b>32,81</b>	<b>21,72</b>	<b>92,09</b>	<b>725</b>		<b>83,05</b>	<b>118,22</b>
Обед	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	0,96	6,08	3,65	71	ТК	10,17	13,47
	Борщ с капустой белокачанной и картофелем	250	2,00	5,20	5,20	106	110-04	11,29	16,93
	Рыба, запеченная с маслом (филе минтай)	120	18,42	17,17	5,00	285	ТК	47,37	71,05
	Картофельное пюре	180	3,84	6,24	23,76	167	54-11г-20,ТК	17,40	26,11
	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	3,85	4,62
	Хлеб ржаной	40	2,40	0,40	18,00	84	ТК	3,34	4,01
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>940</b>	<b>34,29</b>	<b>38,87</b>	<b>96,56</b>	<b>934</b>		<b>106,28</b>	<b>155,48</b>
Полдник	Булочка творожная	100	6,54	3,03	19,34	150	440-17	16,83	25,24
	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
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>380</b>	<b>7,6</b>	<b>3,38</b>	<b>46,77</b>	<b>267</b>		<b>38,63</b>	<b>53,58</b>