

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО «Школьное питание»

/Шевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

## Ежедневное меню

## основного (организованного) питания

Возрастная категория питающихся: 7 - 11 лет, ОВЗ, дети-инвалиды

Дата: 23.04.2024

Неделя по цикличному меню: 1

День цикличному меню: 2

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	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	1,00	6,10	5,80	82	54-8з-2022	4,00	5,99
	Гуляш из говядины	90	17,44	14,74	3,60	209	54-2м-2022	61,72	92,57
	Макароны отварные	150	5,40	4,90	32,80	197	1г-2022	8,67	13,01
	Чай с сахаром и лимоном	180	0,12		9,18	38	ТК № 3/5	2,48	3,72
	Хлеб пшеничный	30	2,30	0,25	14,75	70	ТК	2,40	2,88
	Хлеб ржаной	20	1,33	0,27	6,67	34	ТК	1,83	2,20
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>530</b>	<b>27,59</b>	<b>26,26</b>	<b>72,8</b>	<b>630</b>		<b>81,10</b>	<b>120,37</b>
Обед	Салат из свежих помидоров	60	0,66	3,67	2,74	47	23-2017	6,81	9,07
	Борщ с капустой и картофелем	200	1,60	4,16	10,48	85	№110-2004	8,72	13,08
	Рыба запеченная "Фиш-ка"	90	10,30	12,87	3,75	214	ТК № О/6	35,83	53,75
	Рис припущенный	150	3,50	4,80	35,00	197	54-7г-2022	10,21	15,32
	Сок натуральный	180	0,90		18,18	76	389-2017	14,40	18,72
	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	96	ТК	3,20	3,84
	Хлеб ржаной	30	1,80	0,30	13,50	63	ТК	2,75	3,30
	Кондитерские изделия (вафли топленое молоко 15г)	15	0,32	2,66	5,69	48	ТК	4,30	5,59
<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>765</b>	<b>21,88</b>	<b>29,26</b>	<b>109,34</b>	<b>826</b>		<b>86,22</b>	<b>122,67</b>	
Полдник	Кулебяка с капустой	75	3,00	2,91	15,61	96	742-2004	7,79	11,71
	Чай с сахаром и лимоном	180	0,12		9,18	38	ТК № 3/5	2,48	3,72
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	ТК	7,40	9,62
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>355</b>	<b>3,52</b>	<b>3,31</b>	<b>34,59</b>	<b>181</b>		<b>17,67</b>	<b>25,05</b>