

«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: 09.04.2024

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	100	1,67	10,17	9,67	136	54-8з-2022	6,66	9,99
	Гуляш из говядины	100	19,38	16,38	4,00	232	54-2м-2022	68,42	102,60
	Макароны отварные	180	6,48	5,88	39,36	236	1г-2022	10,41	15,61
	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>610</b>	<b>31,28</b>	<b>32,95</b>	<b>83,63</b>	<b>746</b>		<b>92,20</b>	<b>137,00</b>
Обед	Салат из свежих помидоров	100	1,10	6,12	4,57	78	23-2017	11,37	15,14
	Борщ с капустой и картофелем	250	2,00	5,20	13,10	106	№110-2004	10,92	16,38
	Рыба запеченная "Фиш-ка"	100	11,44	14,30	4,17	237	ТК № 0/6	39,98	59,98
	Рис припущенный	180	4,20	5,76	42,00	236	54-7г-2022	12,26	18,38
	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>895</b>	<b>24,56</b>	<b>35,14</b>	<b>121,21</b>	<b>940</b>		<b>99,18</b>	<b>141,33</b>
Полдник	Кулебяка с капустой	100	4,00	3,88	20,81	128	742-2004	10,50	15,75
	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>380</b>	<b>4,52</b>	<b>4,28</b>	<b>39,79</b>	<b>213</b>		<b>20,38</b>	<b>29,09</b>