

«УТВЕРЖДЕНО»  
Руководитель АНО «Школьное питание»



/Шевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

/

### Ежедневное меню основного (организованного) питания

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

Дата: 11.04.2024

Неделя по цикличному меню: 1

День цикличному меню: 4

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	Овощи в нарезке (помидор свежий)	100	1,17	0,17	3,83	21	54-3з-2022	13,26	17,24
	Птица с рисом и овощами	200	14,43	25,89	31,24	377	ТК № 3/8	57,36	86,04
	Компот из кураги	180	0,90	0,09	14,12	60	54-2жн-2022	7,42	11,13
	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
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	ТК	7,40	9,62
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>630</b>	<b>20,53</b>	<b>27,07</b>	<b>80,41</b>	<b>609</b>		<b>89,67</b>	<b>129,11</b>
Обед	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	1,67	10,17	9,67	136	54-8з-2022	6,66	9,99
	Борщ Кубанский с фасолью	250	3,90	4,25	16,00	118	ТК № 0/11	13,65	20,48
	Омлет с сыром	200	25,33	33,87	4,00	421	54-4о-2022	72,24	108,34
	Чай с сахаром и лимоном	180	0,12		9,18	38	ТК № 3/5	2,48	3,72
	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
	Фрукты свежие (апельсин)	100	0,90	0,20	8,10	43	ТК	10,00	13,00
<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>910</b>	<b>37,22</b>	<b>49,79</b>	<b>85,45</b>	<b>939</b>		<b>111,78</b>	<b>163,63</b>	
Полдник	Котлета куриная, запеченная в тесте	100	9,65	10,41	33,17	274	ТК П/4	25,02	37,32
	Напиток "Ассорти"	180	0,09	0,09	16,90	67	ТК № 3/12	8,37	12,55
	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>10,14</b>	<b>10,9</b>	<b>59,87</b>	<b>388</b>		<b>40,79</b>	<b>59,49</b>