

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"

Шевченко М. С.



«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

1

**Ежедневное меню
основного (организованного) питания**

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

Дата: 30.01.2024

Неделя по цикличному меню: 2

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 квашеной капусты с зеленым горошком | 100 | 2,30 | 3,10 | 7,00 | 61 | ТК | 15,45 | 20,36 |
| | Рагу из филе птцы | 200 | 17,87 | 9,81 | 20,40 | 226,27 | 210-03,ТК | 55,61 | 83,41 |
| | Какао с молоком | 180 | 3,67 | 3,19 | 15,82 | 107 | 382-17 | 11,32 | 16,97 |
| | Кондитерские изделия (пряники 25гр) | 25 | 3,50 | 4,50 | 18,00 | 176 | ТК | 8,90 | 11,57 |
| | Хлеб пшеничный | 50 | 3,50 | 1,00 | 25,00 | 119,5 | ТК | 4,00 | 4,80 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 1,80 | 0,30 | 13,50 | 63 | ТК | 2,75 | 3,30 |
| | Итого за рацион питания : | 585 | 32,64 | 21,90 | 99,72 | 752,77 | | 98,03 | 140,41 |
| Обед | Кукуруза консервированная | 100 | 2,00 | 0,80 | 12,20 | 61 | 173-17 | 31,21 | 40,57 |
| | Борщ из свежей капусты | 250 | 1,58 | 4,38 | 6,25 | 70,75 | 93-18 | 8,16 | 12,24 |
| | Плов из говядины | 200 | 21,60 | 21,20 | 37,73 | 350 | 443-04,ТК | 74,96 | 112,44 |
| | Кисель из вишни | 200 | 0,18 | 0,14 | 23,94 | 117 | 350-17,ТК | 8,31 | 12,46 |
| | Ирис молочный | 25 | 1,00 | 2,00 | 24,00 | 120 | ТК | 9,48 | 12,32 |
| | Фрукты (яблоки) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47 | ТК | 7,40 | 9,62 |
| | Хлеб пшеничный | 60 | 4,20 | 1,20 | 30,00 | 143,40 | ТК | 4,80 | 5,76 |
| | Хлеб ржаной | 40 | 2,40 | 0,40 | 18,00 | 84 | ТК | 3,67 | 4,40 |
| Итого за рацион питания : | 975 | 33,36 | 30,52 | 161,92 | 993,15 | | 147,99 | 209,81 | |
| Полдник | Пирожки печеные из дрожжевого теста с картофелем | 150 | 9,05 | 11,40 | 55,35 | 360 | 406-17 | 12,33 | 18,51 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0,07 | 0,02 | 20,00 | 40 | ТК | 1,82 | 2,72 |
| | Итого за рацион питания : | 350 | 9,12 | 11,42 | 75,35 | 400 | | 14,15 | 21,23 |