

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"

Шевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

Ежедневное меню

основного (организованного) питания

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

Дата: 08.02.2024

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 | Морковные палочки | 90 | 1,17 | 0,09 | 6,21 | 39,38 | ТК | 4,79 | 7,18 |
| | Вок "Курица с рисом и овощами" | 150 | 8,4 | 15,45 | 28,05 | 215 | 310-16 | 48,10 | 72,16 |
| | Кисель из кураги | 200 | 0,89 | 0,06 | 32,75 | 154,6 | ТК | 6,58 | 9,87 |
| | Фрукты (яблоки) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,8 | 47 | ТК | 7,40 | 9,62 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,1 | 0,6 | 15 | 72 | ТК | 2,40 | 2,88 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1,2 | 0,2 | 9 | 42 | ТК | 1,83 | 2,20 |
| | Итого за рацион питания : | 590 | 14,16 | 16,8 | 100,81 | 569,98 | | 71,10 | 103,91 |
| Обед | Салат из свеклы с маслом | 60 | 1,08 | 3,66 | 8,58 | 63 | 52-17 | 3,44 | 5,16 |
| | Борщ сибирский с капустой свежей | 200 | 3,12 | 3,44 | 12,8 | 94,4 | 111-04 | 13,06 | 19,62 |
| | Омлет с овощами и маслом сливочным | 170/10 | 18,2 | 26,8 | 5,2 | 318,17 | ТК | 48,59 | 72,09 |
| | Кофейный напиток | 200 | 3,17 | 2,78 | 15,95 | 100,50 | ТК | 12,86 | 19,29 |
| | Фрукты (яблоки) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,8 | 47 | ТК | 7,40 | 9,62 |
| | Хлеб пшеничный | 50 | 3,5 | 1 | 25 | 120 | ТК | 4,00 | 4,80 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 1,8 | 0,3 | 13,5 | 63 | ТК | 2,75 | 3,30 |
| | Итого за рацион питания : | 820 | 31,27 | 38,38 | 90,83 | 806,07 | | 92,10 | 133,88 |
| Полдник | Котлета говяжья, запеченная в тесте | 100 | 11,99 | 10,41 | 33,17 | 274 | 420-17 | 29,83 | 44,52 |
| | Сок фруктовый | 200 | 1 | 0 | 20,20 | 84,8 | 389-07,ТК | 16,00 | 20,80 |
| | Итого за рацион питания : | 300 | 12,99 | 10,41 | 53,37 | 358,8 | | 45,83 | 65,32 |