

«УТВЕРЖДЕНО»  
Руководитель НКО «Школьное питание»

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

/Шевченко М. С.

**Ежедневное меню  
основного (организованного) питания**

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

Дата: 22.04.2024

Неделя по цикличному меню: 1

День цикличному меню: 1

| 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    | Яйцо вареное                     | 40               | 4,80                    | 4,00         | 0,30          | 57                            | 54-60-2022         | 10,50                             | 15,75               |
|            | Каша "Дружба"                    | 150              | 5,30                    | 5,40         | 28,70         | 127                           | 54-16к-2022        | 9,31                              | 13,97               |
|            | Кофейный напиток с молоком       | 180              | 3,51                    | 2,61         | 10,08         | 77                            | 54-23гн-2022       | 8,43                              | 12,65               |
|            | 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>520</b>       | <b>17,64</b>            | <b>12,93</b> | <b>70,3</b>   | <b>412</b>                    |                    | <b>39,87</b>                      | <b>57,07</b>        |
| Обед       | Овощи в нарезке (огурец свежий)  | 60               | 0,50                    | 0,10         | 1,50          | 9                             | 54-23-2022         | 7,04                              | 9,15                |
|            | Суп гороховый                    | 200              | 4,24                    | 4,02         | 15,92         | 117                           | 54-8с-2022         | 6,51                              | 9,80                |
|            | Котлета "Школьная"               | 90               | 12,60                   | 9,99         | 10,89         | 208                           | №347-2018          | 42,44                             | 63,33               |
|            | Картофель отварной с зеленью     | 150              | 3,05                    | 4,94         | 24,15         | 182                           | 634-2022           | 15,41                             | 23,12               |
|            | Компот из плодов                 | 180              | 0,31                    | 0,10         | 19,29         | 107                           | №342-2017          | 7,09                              | 10,65               |
|            | 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                |
|            | Фрукты свежие (апельсин)         | 100              | 0,90                    | 0,20         | 8,10          | 43                            | ТК                 | 10,00                             | 13,00               |
|            | <b>Итого за рацион питания :</b> | <b>850</b>       | <b>26,2</b>             | <b>20,45</b> | <b>113,35</b> | <b>825</b>                    |                    | <b>94,44</b>                      | <b>136,19</b>       |
| Полдник    | Булочка Творожная                | 75               | 9,81                    | 4,54         | 29,01         | 197                           | №440-2017          | 12,83                             | 19,24               |
|            | Йогурт                           | 180              | 5,38                    | 2,70         | 10,62         | 103                           | №470, стр.286-2018 | 26,88                             | 34,94               |
|            | 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>15,59</b>            | <b>7,64</b>  | <b>49,43</b>  | <b>347</b>                    |                    | <b>47,11</b>                      | <b>63,80</b>        |