



## М Е Н Ю (выбор)

**01.03.2024**

**12 и старше (5-11кл.)**

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, г	Б, г	Ж, г	У, г	Энергетическая ценность, Ккал	Стоимость, руб.
<b>Салат</b>		<b>2,15</b>	<b>5,65</b>	<b>1,35</b>	<b>65,33</b>	<b>18,89</b>
1 - Салат из квашеной капусты	110	0,91	5,53	2,02	62	19,05
2 - Сыр порционно	20	4,64	5,90		72	18,88
3 - Салат из соленых огурцов с луком	110	0,90	5,53	2,02	62	18,75
<b>Основное</b>		<b>21,91</b>	<b>21,94</b>	<b>35,34</b>	<b>459,33</b>	<b>68,48</b>
1 - Гратен из печени	100	17,77	11,28	7,46	229	39,29
1 - Ризотто с овощами	180	4,84	9,58	39,46	254	29,36
2 - Омлет натуральный	180	16,73	29,80	3,17	348	68,15
3 - Котлета рубленая из мяса птицы	110	20,02	9,24	14,74	222	47,14
3 - Каша гречневая рассыпчатая с маслом	200	6,38	5,92	41,18	325	21,51
<b>Дополнение</b>		<b>5</b>	<b>1,42</b>	<b>52,17</b>	<b>238</b>	<b>19,55</b>
1 - Чай с сахаром	200	0,07	0,02	10,00	40	2,72
1 - Фрукты (яблоки)	100	0,38	0,35	8,92	40	9,62
1 - Хлеб пшеничный	35	2,45	0,70	17,50	84	3,36
1 - Хлеб ржаной	35	2,10	0,35	15,75	74	3,85
		<b>29,06</b>	<b>29,01</b>	<b>88,86</b>	<b>762,66</b>	<b>106,92</b>

Принял:

Заведующий  
производством  
должность

*Саша*  
подпись

*Саша А. Р.*  
расшифровка подписи

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"

/Шевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации



### Ежедневное меню основного (организованного) питания

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

Дата: 01.03.2024

Неделя по циклическому меню: 2

День циклическому меню: 5

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	Огурцы соленые	100	0,80	0,10	1,70	10	70-17	12,65	16,45
	Гратен из печени	90	15,99	10,15	6,71	206	ТК	33,10	49,41
	Макароны отварные с овощами	150	5,17	5,99	28,52	188	205-17	8,32	12,47
	Сок фруктовый	180	0,90		18,18	76	389-17,ТК	14,40	18,72
	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	72	ТК	2,40	2,88
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42	ТК	1,83	2,20
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>570</b>	<b>26,16</b>	<b>17,04</b>	<b>79,11</b>	<b>594</b>		<b>72,70</b>	<b>102,13</b>
Обед	Икра кабачковая порционно	60	1,13	4,80	4,70	66	6-18	8,28	10,76
	Борщ с капустой белокочанной и картофелем	200	1,60	4,16	4,16	84	110-04	8,50	12,72
	Рыба, запеченная с маслом	90/5	14,58	13,59	3,96	226	ТК	44,77	67,14
	Картофель отварной с луком	150	3,20	8,40	26,10	182	204-04	20,32	30,48
	Фрукты (Яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47	ТК	7,40	9,62
	Сок фруктовый	200	1,00		20,20	85	389-17,ТК	16,00	20,80
	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
<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>875</b>	<b>26,51</b>	<b>32,45</b>	<b>102,42</b>	<b>849</b>		<b>111,22</b>	<b>158,66</b>	
Полдник	Бутерброд с сыром	60	11,90	16,40	41,60	183	ТК	21,28	31,21
	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107	382-17	9,09	13,64
	Фрукты (Яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47	ТК	7,40	9,62
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>340</b>	<b>15,97</b>	<b>19,99</b>	<b>67,22</b>	<b>337</b>		<b>37,77</b>	<b>54,47</b>

«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: 01.03.2024

Неделя по цикличному меню: 2

День цикличному меню: 5

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	Цена продукта ового набора в рублях	Цена всего в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы				
Завтрак	Помидоры соленые	100	0,80	0,10	1,70	10	70-17	11,55	15,02
	Гратен из печени	120	21,32	13,53	8,95	245	ТК	44,01	65,66
	Макароны отварные с овощами	180	6,20	7,19	34,22	226	205-17	9,64	14,46
	Сок фруктовый	180	0,90		18,18	76	389-17,ТК	14,40	18,72
	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	72	ТК	2,40	2,88
	Хлеб ржаной	30	1,80	0,30	13,50	63	ТК	2,75	3,30
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>640</b>	<b>33,12</b>	<b>21,72</b>	<b>91,55</b>	<b>692</b>		<b>84,75</b>	<b>120,04</b>
Обед	Салат из соленых огурцов с луком	120	0,97	6,04	2,16	67	21-17	15,55	20,52
	Борщ с капустой белокочанной и картофелем	250	2,00	5,20	5,20	106	110-04	10,62	15,92
	Рыба, запеченная с маслом	115/5	19,39	13,29	5,19	257	ТК	55,82	83,71
	Картофельное пюре	180	3,84	6,24	23,76	167	54-11	18,04	27,04
	Кофейный напиток	200	3,17	2,78	15,95	101	ТК	12,86	19,29
	Хлеб пшеничный	50	3,50	1,00	25,00	120	ТК	4,00	4,80
	Хлеб ржаной	40	2,40	0,40	18,00	84	ТК	3,67	4,40
<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>960</b>	<b>35,27</b>	<b>34,95</b>	<b>95,26</b>	<b>902</b>		<b>120,56</b>	<b>175,68</b>	
Полдник	Булочка творожная	100	13,08	6,06	38,68	300	440-17	17,17	25,74
	Сок фруктовый	180	0,90		18,18	76	389-17,ТК	14,40	18,72
	Фрукты (Яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47	ТК	7,40	9,62
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>380</b>	<b>14,38</b>	<b>6,46</b>	<b>66,66</b>	<b>423</b>		<b>38,97</b>	<b>54,08</b>