



М Е Н Ю (выбор)

27.09.2023

12 и старше (5-11кл.)

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, г	Б, г	Ж, г	У, г	Энергетическая ценность, Ккал	Стоимость, руб.
Салат						14,43
1 - Салат витаминный	140	2,10	6,16	6,44	89	14,63
2 - Салат из моркови с сыром	55	5,94	12,49	2,31	144	14,23
3 - Салат из свежих огурцов	110	0,90	2,92	2,73	41	14,44
Основное						74,41
1 - Рыба, запеченная с маслом (филе минтай)	85	13,04	12,16	3,54	202	50,32
1 - Картофель отварной	195	3,90	9,95	31,01	236	23,99
2 - Филе птицы, тушенное в сметанном соусе	75	11,80	4,48	2,49	176	57,90
2 - Каша гречневая рассыпчатая с маслом	155	4,94	4,59	31,91	252	16,66
3 - Шницель говяжий	80	12,58	11,06	11,23	196	62,40
3 - Рис отварной	125	9,46	6,75	68,28	332	11,96
Дополнение						34,16
1 - Чай с сахаром (ТТК)	200	0,07	0,02	10,00	40	2,72
1 - Хлеб пшеничный	40	2,60	0,80	20,00	96	3,70
1 - Хлеб ржаной	27	1,62	0,27	12,15	57	2,71
1 - Кондитерские изделия (печенье 30гр)	30	2,50	4,00	21,00	130	12,57
1 - Фрукты (яблоки)	130	0,49	0,46	11,60	52	12,46
			76,11	224,69	2 043	123,00

Принял:

Заведующий
производством

Должность



расшифровка подписи

«УТВЕРЖДЕНО»
 Директор АНО "Школьное питание"



Шевченко М. С.

Руководитель общеобразовательной организации



М. С. Шевченко

**Ежедневное меню
 основного (организованного) питания**

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

Дата: 27.09.2023

Неделя по циклическому меню: 2

День циклическому меню: 3

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	Котлета рыбная (филе минтай)	100	14,80	13,90	11,80	164	234-17,ТК	24,37	36,14
	Картофель отварной	150	3,00	7,65	23,85	182	518-04	12,30	18,45
	Сок фруктовый	180	0,68		18,51	77	389-17,ТК	14,40	18,72
	Фрукты (яблоки)	100	0,38	0,35	8,92	40	ТК	7,40	9,62
	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	72	ТК	2,31	2,77
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42	ТК	1,67	2,00
	Итого за рацион питания :	580	22,16	22,7	87,08	577		62,45	87,70
Обед	Ассорти овощное, морковь, болгарский перец	60	0,66	0,12	2,28	13	ТК	5,90	8,85
	Суп с макаронными изделиями(М)	200	1,91	4,06	10,40	97	147-04	3,01	4,49
	Филе птицы, тушенное в сметанном соусе 70/25(1)	70/25	13,73	5,97	3,32	235	ТК	48,91	73,35
	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150	4,79	4,44	30,89	244	302-17	10,75	16,13
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,13		10,20	42	ТК	2,05	3,07
	Хлеб пшеничный	50	3,50	1,00	25,00	120	ТК	3,85	4,62
	Хлеб ржаной	30	1,80	0,30	13,50	63	ТК	2,51	3,01
	Итого за рацион питания :	785	26,52	15,89	95,59	814		76,98	113,52
Полдник	Растегай с мясом	100	15,57	10,72	29,97	250	743-04	34,34	51,52
	Сок фруктовый	200	0,76		20,57	86	389-17,ТК	16,00	20,80
	Итого за рацион питания :	300				336		50,34	72,32

Зав. кафе

