



УТВЕРЖДЕНО  
 Директор  
 / Шевченко М. С. /

# М Е Н Ю (выбор)

09.01.2024  
 12 и старше (5-11 кл).

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА                         | ВЫХОД, г | Б, г  | Ж, г  | У, г   | Энергетическая ценность, Ккал | Стоимость, руб. |
|--|----------|-------|-------|--------|-------------------------------|-----------------|
| <b>Салат</b>                               |          |       |       |        |                               |                 |
| 1 - Салат из капусты белокачанной          | 100      | 1,24  | 4,11  | 6,88   | 70,33                         | 8,61            |
| 2 - Морковные палочки                      | 105      | 0,75  | 6,02  | 2,35   | 60                            | 8,86            |
| 3 - Салат из свеклы с маслом               | 100      | 1,16  | 0,21  | 3,99   | 46                            | 8,38            |
| <b>Основное</b>                            |          |       |       |        |                               |                 |
| 1 - Филе птицы, тушенное в сметанном соусе | 100      | 24,03 | 18,5  | 54,11  | 505,33                        | 97,80           |
| 1 - Каша гречневая рассыпчатая с маслом    | 190      | 15,73 | 5,97  | 3,32   | 235                           | 77,21           |
| 2 - Котлета "Школьная"                     | 100      | 6,06  | 5,62  | 39,12  | 309                           | 20,42           |
| 2 - Картофельное пюре                      | 180      | 14,70 | 11,66 | 12,70  | 243                           | 71,97           |
| 3 - Оладьи из филе птицы с сыром           | 100      | 3,84  | 6,24  | 23,76  | 167                           | 25,69           |
| 3 - Рис отварной                           | 180      | 24,20 | 20,60 | 36,80  | 297                           | 80,90           |
| <b>Дополнение</b>                          |          |       |       |        |                               |                 |
| 1 - Компот из вишни                        | 200      | 7,57  | 5,40  | 46,62  | 265                           | 17,21           |
| 1 - Хлеб пшеничный                         | 25       | 4,05  | 0,85  | 60,75  | 260                           | 20,30           |
| 1 - Хлеб ржаной                            | 35       | 0,20  |       | 32,50  | 126                           | 14,05           |
|  |          | 2,10  | 0,35  | 15,75  | 60                            | 2,40            |
|  |          | 29,32 | 23,46 | 121,74 | 74                            | 3,85            |
|  |          |       |       |        | 835,68                        | 126,71          |

Принял: \_\_\_\_\_  
 Заведующий производством  
 должность

\_\_\_\_\_  
 подпись



«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО «Школьное питание»  
Щевченко М.И.С.



«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

*[Signature]*

Ежедневное меню  
основного (организованного) питания

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

Дата: 09.01.2024

Неделя по цикличному меню: 1

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    | Огурцы соленые                   | 120              | 0,96                    | 0,12         | 2,04          | 12                            | 70-17         | 15,18                             | 19,73               |
|            | Шницель говяжий                  | 100              | 15,72                   | 13,82        | 14,04         | 245                           | 451-04        | 52,34                             | 78,07               |
|            | Картофельное пюре                | 180              | 3,84                    | 6,24         | 23,76         | 167                           | 54-11г-20, ТК | 17,12                             | 25,69               |
|            | Чай с сахаром и лимоном          | 200              | 0,13                    |              | 10,20         | 42                            | ТК            | 2,44                              | 3,65                |
|            | 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>660</b>       | <b>24,55</b>            | <b>21,08</b> | <b>78,54</b>  | <b>601</b>                    |               | <b>92,23</b>                      | <b>133,32</b>       |
| Обед       | Суп из овощей                    | 250              | 2,20                    | 4,40         | 12,40         | 99                            | 135-04        | 10,18                             | 14,94               |
|            | Гратен из печени                 | 120              | 21,32                   | 13,53        | 8,95          | 275                           | ТК            | 44,14                             | 65,89               |
|            | Ризотто с овощами                | 180              | 4,84                    | 9,58         | 39,46         | 254                           | ТК            | 21,57                             | 29,36               |
|            | Сок фруктовый                    | 180              | 0,68                    |              | 18,51         | 77                            | 389-17,ТК     | 14,40                             | 18,72               |
|            | Ирис молочный                    | 25               | 1,00                    | 2,00         | 24,00         | 120                           | ТК            | 9,48                              | 12,32               |
|            | Фрукты (яблоки)                  | 100              | 0,38                    | 0,35         | 8,92          | 40                            | ТК            | 7,40                              | 9,62                |
|            | 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>945</b>       | <b>36,32</b>            | <b>31,26</b> | <b>155,24</b> | <b>1 069</b>                  |               | <b>114,84</b>                     | <b>160,05</b>       |
| Полдник    | Булочка с сыром                  | 100              | 11,90                   | 16,40        | 41,60         | 366                           | ТК            | 17,79                             | 26,69               |
|            | Чай с сахаром и лимоном          | 200              | 0,13                    |              | 10,20         | 42                            | ТК            | 2,44                              | 3,65                |
|            | Фрукты (яблоки)                  | 100              | 0,38                    | 0,35         | 8,92          | 40                            | ТК            | 7,40                              | 9,62                |
|            | <b>Итого за рацион питания :</b> | <b>400</b>       | <b>12,41</b>            | <b>16,75</b> | <b>60,72</b>  | <b>448</b>                    |               | <b>27,63</b>                      | <b>39,96</b>        |

*[Signature]*



«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО «Школьное питание»



Шевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

*[Handwritten signature]*



**Ежедневное меню  
основного (организованного) питания**

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

Дата: 09.01.2024

Неделя по цикличному меню: 1

День цикличному меню: 2

| 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    | Ассорти из соленых овощей        | 70               | 0,67                    | 0,42         | 0,73         | 11                            | 70-17         | 8,47                                | 11,02               |
|            | Шницель говяжий                  | 100              | 15,72                   | 13,82        | 14,04        | 245                           | 451-04        | 52,34                               | 78,07               |
|            | Картофельное пюре                | 160              | 3,41                    | 5,55         | 21,12        | 148                           | 54-11г-20, ТК | 15,22                               | 22,84               |
|            | Чай с сахаром и лимоном          | 200              | 0,13                    |              | 10,20        | 42                            | ТК            | 2,44                                | 3,65                |
|            | 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>580</b>       | <b>23,23</b>            | <b>20,59</b> | <b>70,09</b> | <b>560</b>                    |               | <b>82,70</b>                        | <b>120,66</b>       |
| Обед       | Морковные палочки                | 60               | 0,66                    | 0,12         | 2,28         | 26                            | ТК            | 3,19                                | 4,79                |
|            | Суп из овощей                    | 200              | 1,76                    | 3,52         | 9,92         | 79                            | 135-04        | 8,14                                | 11,94               |
|            | Гратен из печени                 | 120              | 21,32                   | 13,53        | 8,95         | 275                           | ТК            | 44,14                               | 65,89               |
|            | Ризотто с овощами                | 150              | 4,04                    | 7,98         | 32,88        | 212                           | ТК            | 17,96                               | 24,46               |
|            | Сок фруктовый                    | 200              | 0,76                    |              | 20,57        | 86                            | 389-17,Т К    | 16,00                               | 20,80               |
|            | Ирис молочный                    | 25               | 1,00                    | 2,00         | 24,00        | 120                           | ТК            | 9,48                                | 12,32               |
|            | Хлеб пшеничный                   | 40               | 2,80                    | 0,80         | 20,00        | 96                            | ТК            | 3,20                                | 3,84                |
|            | Хлеб ржаной                      | 20               | 1,20                    | 0,20         | 9,00         | 42                            | ТК            | 1,83                                | 2,20                |
|            | <b>Итого за рацион питания :</b> | <b>815</b>       | <b>33,54</b>            | <b>28,15</b> | <b>127,6</b> | <b>936</b>                    |               | <b>103,94</b>                       | <b>146,24</b>       |
| Полдник    | Булочка творожная                | 100              | 13,08                   | 6,06         | 38,68        | 300                           | 440-17        | 17,86                               | 26,78               |
|            | Чай с сахаром и лимоном          | 200              | 0,13                    |              | 10,20        | 42                            | ТК            | 2,44                                | 3,65                |
|            | <b>Итого за рацион питания :</b> | <b>300</b>       | <b>13,21</b>            | <b>6,06</b>  | <b>48,88</b> | <b>342</b>                    |               | <b>20,30</b>                        | <b>30,43</b>        |

*[Handwritten signature]*

