

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО «Школьное питание»



Шевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации



И. В. Степанова

**Ежедневное меню
основного (организованного) питания ****

Возрастная категория питающихся: 7 - 11 лет в том числе: **ОВЗ, дети-инвалиды**

Дата: 17.09.2024

Неделя по цикличному меню: 1

День цикличному меню: 2

** очищенный картофель

| 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 | Салат зеленый с огурцами | 60 | 0,62 | 3,64 | 1,28 | 40 | 43-2022 | 8,50 | 11,16 |
| | Гречка по-Кубански | 150 | 11,00 | 12,68 | 34,90 | 262 | ТК № 3/14 | 58,90 | 88,35 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0,20 | | 6,50 | 27 | 54-2гн-2022 | 1,19 | 1,79 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,10 | 0,60 | 15,00 | 72 | Пром.1 | 2,77 | 3,32 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1,20 | 0,20 | 9,00 | 42 | Пром.2 | 2,12 | 2,54 |
| | Фрукты свежие (яблоко) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47 | Пром.3 | 7,40 | 9,62 |
| | Итого за рацион питания : | 560 | 15,52 | 17,52 | 76,48 | 490 | | 80,88 | 116,78 |
| Обед | Овощи в нарезке (помидор свежий) | 60 | 0,70 | 0,10 | 2,30 | 13 | 54-3з-2022 | 7,96 | 10,35 |
| | Суп картофельный с мясными фрикадельками (200/25) | 225 | 7,64 | 5,50 | 16,70 | 149 | 137-2004 | 28,18 | 42,27 |
| | Котлета "Дружба" | 90 | 12,78 | 12,08 | 7,15 | 201 | ТК № 0/16 | 30,17 | 44,81 |
| | Картофель отварной с зеленью | 150 | 3,05 | 4,94 | 24,15 | 182 | 634-2022 | 17,61 | 26,42 |
| | Напиток "Ассорти" (плодово-ягодный) | 200 | 0,10 | 0,10 | 18,78 | 74 | ТК № 3/12 | 5,85 | 8,77 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 2,80 | 0,80 | 20,00 | 96 | Пром. 5 | 3,69 | 4,43 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1,20 | 0,20 | 9,00 | 42 | Пром.2 | 2,12 | 2,54 |
| | Кондитерские изделия (вафли) | 15 | 0,32 | 2,66 | 5,69 | 48 | Пром. | 4,30 | 5,59 |
| | Итого за рацион питания : | 800 | 28,59 | 26,38 | 103,77 | 805 | | 99,88 | 145,18 |
| | Итого за обед : | 1360 | 44,11 | 43,90 | 180,25 | 1177 | ТК № П/7 | 4,47 | 6,70 |
| Полдник | Булочка ванильная | 60 | 4,60 | 5,05 | 28,70 | 177 | ТК № П/7 | 4,47 | 6,70 |
| | Кофейный напиток с молоком | 200 | 3,16 | 2,68 | 15,95 | 101 | 379-2017 | 11,32 | 16,95 |
| | Фрукты свежие (яблоко) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47 | Пром.3 | 7,40 | 9,62 |
| | Итого за рацион питания : | 360 | 8,16 | 8,13 | 54,45 | 325 | | 23,19 | 33,27 |
| ВСЕГО : | 1720 | 52,27 | 52,03 | 234,7 | 1620 | | 203,95 | 295,23 | |



М Е Н Ю (выбор)

16.09.2024

12 и старше (5-11кл).

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, г | Б, г | Ж, г | У, г | Энергетическая ценность, Ккал | Стоимость, руб. | | |
|--|-------------|--------------|--------------|--------------|-------------------------------------|-------------------|--------------|---------------|
| | | | | | | продукт. набор | услуга | ИТОГО |
| Салат | | 0,83 | 0,17 | 2,5 | 14 | | | |
| 1 - Овощи в нарезке (огурец свежий) | 100 | 0,83 | 0,17 | 2,50 | 14 | 11,73 | 3,52 | 15,25 |
| Основное | | 18,36 | 20,22 | 51,79 | 471 | 72,31 | 34,27 | 106,58 |
| 1 - Наггетсы куриные | 100 | 5,47 | 7,55 | 31,82 | 234 | 59,33 | 27,68 | 87,01 |
| 1 - Макароны отварные | 180 | 6,48 | 5,88 | 39,36 | 236 | 13,22 | 6,60 | 19,82 |
| 2 - Вок курица с рисом и овощами | 250 | 24,77 | 27,01 | 32,39 | 472 | 72,07 | 34,26 | 106,33 |
| Дополнение | | 3,4 | 0,9 | 42,78 | 188 | 10,74 | 3,89 | 14,63 |
| 1 - Напиток "Ассорти"(плодово-ягодный) | 200 | 0,10 | 0,10 | 18,78 | 74 | 5,85 | 2,92 | 8,77 |
| 1 - Хлеб пшеничный | 30 | 2,10 | 0,60 | 15,00 | 72 | 2,77 | 0,55 | 3,32 |
| 1 - Хлеб ржаной | 20 | 1,20 | 0,20 | 9,00 | 42 | 2,12 | 0,42 | 2,54 |
| Итого : | | 22,59 | 21,29 | 97,07 | 673 | 94,78 | 41,68 | 136,46 |

Принял:

Заведующий
производством

должность

подпись

расшифровка подписи

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"

НЕКОММЕРЧЕСКАЯ
ПРЕДПРИЯТИЕ
Иванченко М. С.

«Школьное питание»

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

МАОУ
СОШ №31

Т. В. Ермакова

Ежедневное меню

основного (организованного) питания **

Возрастная категория питающихся 12 и старше в том числе: ОВЗ, дети-инвалиды,
дети мобилизованных, дети погибших, многодетные

Дата: 17.09.2024

Неделя по цикличному меню: 1

День цикличному меню: 2

** очищенный картофель

| 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 | Салат зеленый с огурцами | 100 | 1,03 | 6,03 | 2,14 | 68 | 18-2017 | 14,17 | 18,59 |
| | Гречка по-Кубански | 200 | 14,67 | 16,90 | 46,53 | 349 | ТК № 3/14 | 78,53 | 117,79 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0,20 | | 6,50 | 27 | 54-2гн-2022 | 1,19 | 1,79 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,10 | 0,60 | 15,00 | 72 | Пром.1 | 2,77 | 3,32 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1,20 | 0,20 | 9,00 | 42 | Пром.2 | 2,12 | 2,54 |
| | Фрукты свежие (яблоко) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47 | Пром.3 | 7,40 | 9,62 |
| | Итого за рацион питания : | 650 | 19,6 | 24,13 | 88,97 | 605 | | 106,18 | 153,65 |
| Обед | Овощи в нарезке (помидор свежий) | 100 | 1,17 | 0,17 | 3,83 | 21 | 54-3з-2022 | 13,26 | 17,24 |
| | Суп картофельный с мясными фрикадельками (250/25) | 275 | 9,34 | 6,72 | 20,41 | 182 | 137-2004 | 30,14 | 45,21 |
| | Котлета "Дружба" | 100 | 13,86 | 13,42 | 7,95 | 223 | ТК № 0/16 | 34,01 | 50,52 |
| | Картофель отварной с зеленью | 180 | 3,66 | 5,93 | 28,98 | 218 | 634-2022 | 21,13 | 31,69 |
| | Напиток "Ассорти"(плодово-ягодный) | 200 | 0,10 | 0,10 | 18,78 | 74 | ТК № 3/12 | 5,85 | 8,77 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 2,80 | 0,80 | 20,00 | 96 | Пром. 5 | 3,69 | 4,43 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1,20 | 0,20 | 9,00 | 42 | Пром.2 | 2,12 | 2,54 |
| | Кондитерские изделия (вафли) | 15 | 0,32 | 2,66 | 5,69 | 48 | Пром. | 4,30 | 5,59 |
| | Итого за рацион питания : | 930 | 32,45 | 30 | 114,64 | 904 | | 114,50 | 165,99 |
| Полдник | Булочка ванильная | 70 | 5,37 | 5,89 | 33,48 | 207 | П/7 | 5,20 | 7,80 |
| | Кофейный напиток с молоком | 200 | 3,16 | 2,68 | 15,95 | 101 | 379-2017 | 11,32 | 16,95 |
| | Фрукты свежие (яблоко) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47 | Пром.3 | 7,40 | 9,62 |
| | Итого за рацион питания : | 370 | 8,93 | 8,97 | 59,23 | 355 | | 23,92 | 34,37 |
| ВСЕГО : | 1950 | 60,98 | 63,1 | 262,84 | 1864 | | 244,60 | 354,01 | |