

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"



Шевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации



МАОУ
СОШ №31

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

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

Дата: 07.02.2024

Неделя по цикличному меню: 1

День цикличному меню: 3

** 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	Сыр порционно	10	2,32	2,95	0	36	015-17	6,29	9,44
	Пудинг из творога со сметаной	200/5	16,6	19,7	32,27	402,3	362-04	71,62	107,42
	Кефир порционно	200	5,8	5	8	100	386-17,ТК	15,11	19,64
	Фрукты (яблоки)	100	0,40	0,40	9,8	47	ТК	7,40	9,62
	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,6	15	72	ТК	2,40	2,88
	Хлеб ржаной	30	1,8	0,3	13,5	63	ТК	2,75	3,30
	Итого за рацион питания :	575	29,02	28,95	78,57	720,3		105,57	152,30
Обед	Суп картофельный с горохом	250	6,2	5,6	22,3	167	139-4	9,50	14,26
	Шницель рыбный натуральный с маслом	105	13,02	14,51	7,98	230	235-17	42,13	63,18
	Картофель отварной	180	3,6	9,18	28,62	218	518-04	16,32	24,47
	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,89	382-17,ТК	12,57	18,87
	Фрукты (яблоки)	100	0,40	0,40	9,8	47	ТК	7,40	9,62
	Хлеб пшеничный	50	3,5	1	25	120	ТК	4,00	4,80
	Хлеб ржаной	50	3	0,5	22,5	105	ТК	4,58	5,50
	Итого за рацион питания :	935	33,8	34,73	133,78	1005,89		96,50	140,70
Полдник	Ватрушка с творогом	100	12,3	7,31	38,9	269,33	410-17	18,95	28,41
	Кефир порционно	250	7,25	6,25	10	125	386-17,ТК	18,89	24,56
	Итого за рацион питания :	350	19,55	13,56	48,9	394,33		37,84	52,97

СОГЛАСОВАНО

Руководитель организации



УТВЕРЖДЕНО

Директор



М Е Н Ю (выбор) **

07.02.2024

12 и старше (5-11кл)

** очищенный картофель

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, г	Б, г	Ж, г	У, г	Энергетическая ценность, Ккал	Стоимость, руб.
Салат		3,93	6,38	1,46	78,33	18,85
1 - Сыр порционно	20	4,64	5,90		72	18,88
2 - Салат из моркови с сыром	105	6,24	13,11	2,43	151	18,75
3 - Огурцы соленые	115	0,92	0,12	1,96	12	18,91
Основное		17,39	17,05	33,66	369,33	85,80
1 - Пудинг из творога с джемом	170/15	14,15	16,70	24,03	368	85,47
2 - Котлеты "Московские"	100	15,90	14,40	16,00	238	74,09
2 - Каша пшеничная рассыпчатая	180	3,42	2,70	19,98	122	11,88
3 - Рыба, запеченная с луком и сыром	115	14,43	6,15	6,16	138	46,36
3 - Картофель отварной с луком	200	4,27	11,20	34,80	242	39,61
Дополнение		4,87	1,44	51,07	233	19,15
1 - Чай с сахаром	200	0,07	0,02	10,00	40	2,72
1 - Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	96	3,84
1 - Хлеб ржаной	27	1,62	0,27	12,15	57	2,97
1 - Фрукты (яблоки)	100	0,38	0,35	8,92	40	9,62
		26,19	24,87	86,19	680,66	123,80

Принял:

Заведующий
производством

должность

подпись

расшифровка подписи

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"



«СОГЛАСОВАНО»
Руководитель общеобразовательной организации



Ежедневное меню

основного (организованного) питания **

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

Дата: 07.02.2024

Неделя по цикличному меню: 1

День цикличному меню: 3

** 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	Сыр порционно	20	4,64	5,9	0	72	015-17	12,59	18,88
	Пудинг из творога со сметаной	140/10	11,66	13,79	22,6	302,5	362-04	52,38	78,61
	Кефир порционно	180	5,22	4,5	7,2	90	386-17,ТК	13,60	17,68
	Фрукты (яблоки)	100	0,40	0,40	9,8	47	ТК	7,40	9,62
	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,6	15	72	ТК	2,40	2,88
	Хлеб ржаной	20	1,2	0,2	9	42	ТК	1,83	2,20
	Итого за рацион питания :	500	25,22	25,39	63,6	625,5		90,20	129,87
Обед	Кукуруза консервированная	60	1,2	0,48	7,32	37	173-17	18,72	24,34
	Суп картофельный с горохом	200	4,96	4,48	17,84	133,6	139-04	7,60	11,40
	Шницель рыбный натуральный с маслом	105	13,02	14,51	7,98	230	235-17	42,13	63,18
	Картофель отварной	150	3	7,65	23,85	182	518-04	13,60	20,40
	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107	382-17,ТК	11,32	16,97
	Хлеб пшеничный	50	3,5	1	25	120	ТК	4,00	4,80
	Хлеб ржаной	30	1,8	0,3	13,5	63	ТК	2,75	3,30
Итого за рацион питания :	775	31,15	31,61	111,31	690,6		100,12	144,39	
Полдник	Ватрушка с творогом	100	12,3	7,31	38,9	269,33	410-17	18,95	28,41
	Кефир порционно	200	5,8	5	8	100	386-17,ТК	15,11	19,64
	Итого за рацион питания :	300	18,10	12,31	46,9	369,33		34,06	48,05