

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО «Школьное питание»



Шевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

*С. А. Тимошенко*



**Ежедневное меню  
основного (организованного) питания**

Возраст: 12 и старше

Категория: 5-11 кл.

Дата: 03.10.2024 Циклическое меню: Неделя: 1 День: 4

**КОМПЛЕКС № 1**

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	Овощи в нарезке (помидор свежий)	100	1,17	0,17	3,83	21	54-3з-2022	13,26	17,24
	Птица с рисом и овощами	200	13,72	21,12	25,41	436	ТК № 3/8	56,89	85,32
	Компот из кураги	200	1,00	0,10	15,69	67	54-2хн-2022	8,24	12,38
	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
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>650</b>	<b>19,59</b>	<b>22,59</b>	<b>78,73</b>	<b>685</b>		<b>90,68</b>	<b>130,42</b>
Обед	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	1,31	3,25	6,46	60	45-2017	6,27	9,40
	Рыба, запеченная с картофелем по-русски	280	14,77	19,30	31,98	374	449-22	51,99	77,98
	Чай с сахаром	200	0,20		6,50	27	54-2гн-2022	1,19	1,79
	Хлеб пшеничный	50	3,50	1,00	25,00	120	Пром.7	4,61	5,53
	Хлеб ржаной	30	1,80	0,30	13,50	63	Пром.6	3,18	3,82
	Фрукты свежие (Нектарины)	100	1,10	0,30	8,90	44	Пром.	14,50	18,85
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>760</b>	<b>22,68</b>	<b>24,15</b>	<b>92,34</b>	<b>688</b>		<b>81,74</b>	<b>117,37</b>
<b>ВСЕГО :</b>	<b>1 410</b>	<b>42,27</b>	<b>46,74</b>	<b>171,07</b>	<b>1 373</b>		<b>172,42</b>	<b>247,79</b>	

Заведующий производством  
должность

*Сидорова*  
подпись

*Суслова Т. В.*  
расшифровка подписи