



«Утверждено»
Директор _____
М.С. Шенченко



«Согласовано»
Директор общеобразовательной организации



Основное (организованное)

МЕНЮ

Для организации питания детей льготной категории обучающихся возрастной группы 12 лет и старше в муниципальных общеобразовательных организациях муниципального образования город Краснодар

2024

Неделя: 1
День: 1

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры				
			Белки	Жиры	Углеводы						
Завтрак	2	3	4	5	6	7	8				
			3,95	3,99	0,00			51,50	15-2017		
			15								
			Сыр твердых сортов в нарезке 50% (Голландский) ¹								
			Дйцо варёное	40	4,80			4,00	0,30	56,60	54-60-2022
			Каша вязкая молочная из риса и пшена с маслом	200	5,78			10,65	31,88	247,61	175-2017
			Кофейный напиток с молоком	200	3,16			2,68	15,95	100,60	379-2017
			Хлеб пшеничный	30	2,10			0,60	15,00	71,70	Пром.
			Хлеб ржаной	20	1,20			0,20	9,00	42,00	Пром.
			Фрукты свежие (апельсин) ³	100	0,90			0,20	8,10	43,00	Пром.
Итого за рацион питания:		605	21,89	22,32	80,23	613,01	-				

Неделя: 1
День: 2

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры					
			Белки	Жиры	Углеводы							
Завтрак	2	3	4	5	6	7	8					
			1,03	6,03	2,14			68,10	18-2017			
			14,67	16,90	46,53			348,80	ТК №3/14			
			200	0,20	0,00			6,50	26,80	54-2гн-2022		
			Чай с сахаром	200	0,20			0,00	6,50	26,80	54-2гн-2022	
			Хлеб пшеничный	30	2,10			0,60	15,00	71,70	Пром.	
			Хлеб ржаной	20	1,20			0,20	9,00	42,00	Пром.	
			Фрукты свежие (яблоко) ³	100	0,40			0,40	9,80	47,00	Пром.	
			Итого за рацион питания:		650			19,60	24,13	88,97	604,40	-

Неделя: 1
День: 3

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак	Сыр твёрдых сортов в нарезке 50% (Российский) ¹ Воздушная "Зебра" с повидлом (180/20) Чай с сахаром и лимоном Хлеб пшеничный Фрукты свежие (мандарин) ³ Итого за рацион питания:	15	3,48	4,43	0,00	54,00	15-2017
		200	12,29	18,44	55,35	488,76	ТК № 3/7
		200	0,30	0,00	6,70	27,90	54-3гн-2022
		40	2,80	0,80	20,00	95,60	Пром.
		100	0,80	0,20	7,50	38,00	Пром.
		555	19,67	23,87	89,55	704,26	-

Неделя: 1
День: 4

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак	Кукуруза сахарная Омлет с морковью Сок фруктовый (вишневый) ⁶ Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Фрукты свежие (груша) ³ Итого за рацион питания:	100	2,00	0,33	10,16	52,16	54-21з-2022
		200	14,80	20,00	6,90	268,00	54-3о-2022
		200	1,44	0,40	22,80	100,40	Пром.
		30	2,10	0,60	15,00	71,70	Пром.
		20	1,20	0,20	9,00	42,00	Пром.
		100	0,40	0,30	10,30	47,00	Пром.
		650	21,94	21,83	74,16	581,26	-

Неделя: 1
 День: 5

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак	Огурец в нарезке ¹	100	0,83	0,17	2,50	14,17	54-23-2022
	Патен из картофеля с рыбой (горбуша)	200	15,01	17,02	18,92	408,00	ТК № 3/8
	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,60	382-2017
	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70	Пром.
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42,00	Пром.
	Фрукты свежие (яблоко) ²	100	0,40	0,40	9,80	47,00	Пром.
	Итого за рацион питания:		650	23,62	21,93	72,80	701,47
Всего за 5 дней питания:		3110	106,72	114,08	405,71	3204,40	-
Средние показатели за 5 дней питания:		622	21,34	22,82	81,14	640,88	-

Неделя: 2
 День: 1

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак	Йогурт варёное	40	4,80	4,00	0,30	56,60	54-60-2022
	Каша вязкая молочная рисовая	200	5,72	10,33	40,90	280,00	174-2017
	Кофейный напиток с молоком	200	3,16	2,68	15,95	100,60	379-2017
	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70	Пром.
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42,00	Пром.
	Фрукты свежие (апельсин) ³	100	0,90	0,20	8,10	43,00	Пром.
	Итого за рацион питания:		590	17,88	18,01	89,25	593,90

Неделя: 2
День: 2

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	2	3	4	5	6	7	8
			1,03	6,03	2,14	68,10	
			13,32	15,08	35,46	324,60	
			1,00	0,00	20,20	84,80	
			2,10	0,60	15,00	71,70	
			1,20	0,20	9,00	42,00	
Итого за рацион питания:		550	18,65	21,91	81,80	591,20	-

Неделя: 2
День: 3

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	2	15	4	5	6	7	8
			3,48	4,43	0,00	54,00	
			12,75	9,72	40,07	410,40	
			4,08	3,54	17,58	118,60	
			2,45	0,70	17,50	83,65	
			0,40	0,40	9,80	47,00	
Итого за рацион питания:		550	23,16	18,79	84,95	713,65	-

Неделя: 2
День: 4

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры		
			Белки	Жиры	Углеводы				
Завтрак	1	2	4	5	6	7	8		
			Помидор в нарезке ¹	100	1,17	0,17	3,83	21,33	54-3з-2022
			Омлет с картошкой (запеченный)	200	17,60	21,20	15,00	378,00	345-2004
			Чай с сахаром и лимоном	200	0,30	0,00	6,70	27,90	54-3гн-2022
			Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70	Пром.
			Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42,00	Пром.
			Кондитерские изделия (ирис) ⁸	25	0,85	1,95	23,30	120,00	Пром.
Итого за рацион питания:		575	23,22	24,12	72,83	660,93	-		

Неделя: 2
День: 5

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры		
			Белки	Жиры	Углеводы				
Завтрак	1	2	4	5	6	7	8		
			Закуска из моркови	100	0,90	8,20	4,80	189,50	Пром.
			Плов из говядины	200	15,30	14,70	38,60	348,30	54-11м-2022
			Чай с сахаром	180	0,18	0,00	5,85	24,12	54-2гн-2022
			Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	71,70	Пром.
			Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42,00	Пром.
			Фрукты свежие (мандин) ³	100	0,80	0,20	7,50	38,00	Пром.
Итого за рацион питания:		630	20,48	23,90	80,75	713,62	-		

Всего за 5 дней питания:

2895

103,39

106,73

409,58

3273,30

-

Средние показатели за 5 дней питания:

579

20,68

21,35

81,92

654,66

-

Всего за цикл питания (10 дней):

6005

210,10

220,80

815,29

6477,70

-

Средние показатели за цикл питания (10 дней):

600,5

21,01

22,08

81,53

647,77

-

Возрастная категория питающихся: 12+ лет

Неделя: 1
День: 1

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Обед	2	3	4	5	6	7	8
	Огулец в нарезке ⁴	100	0,83	0,17	2,50	14,17	54-2з-2022
	Борщ "Кубанский" с фасолью	250	3,90	4,30	16,00	118,00	ТК № О/11
	Нагетсы куриные	100	5,47	7,55	31,82	233,83	ТК № О/1
	Макаронны отварные с сыром (Российский) ¹	180	12,18	14,33	30,70	300,96	204-2017
	Компот из вишни	200	0,30	0,10	10,30	42,80	54-бхн-2022
	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	95,60	Пром.
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42,00	Пром.
	Фрукты свежие (груша) ³	100	0,40	0,30	10,30	47,00	Пром.
	Итого за рацион питания:		990	27,08	27,75	130,62	894,36

Неделя: 1
День: 2

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Обед	2	3	4	5	6	7	8
	Помидор в нарезке ⁴	100	1,17	0,17	3,83	21,33	54-3з-2022
	Суп картофельный с мясными фрикадельками (25/250)	275	9,34	6,72	20,41	181,87	137-2004
	Котлета "Дружба" (рыба, птица) ⁹	100	13,86	13,42	7,95	223,70	ТК № О/16
	Картофель отварной с зеленью	180	3,66	5,93	28,98	217,80	634-2022
	Напиток "Ассорти" (плодово-ягодный) ⁷	200	0,10	0,10	18,78	73,89	ТК №3/12
	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	95,60	Пром.
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42,00	Пром.
	Кондитерские изделия (вафли) ⁸	15	0,32	2,66	5,69	48,00	Пром.
	Итого за рацион питания:		930	32,45	30,00	114,64	904,19

Неделя: 1
 День: 3

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры				
			Белки	Жиры	Углеводы						
Обед	2	3	4	5	6	7	8				
			Салат из свежих помидоров ¹	100	1,10			6,12	4,57	77,69	23-2017
			Борщ с картофелем и капустой	250	2,00			5,20	13,10	106,00	110-2004
			Птица, тушеная в сметанном соусе (60/60)	120	13,90			9,40	4,61	200,28	594-2022
			Каша гречневая рассыпчатая	180	9,95			7,56	43,20	280,44	54-Гр-2023
			Сок натуральный (яблочный) ⁶	200	1,00			0,00	20,20	84,80	Пром.
			Хлеб пшеничный	40	2,80			0,80	20,00	95,60	Пром.
Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42,00	Пром.					
Итого за рацион питания:		910	31,95	29,28	114,68	886,81	-				

Неделя: 1
 День: 4

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры				
			Белки	Жиры	Углеводы						
Обед	2	3	4	5	6	7	8				
			Салат из белокочанной капусты с морковью ⁴	100	1,31			3,25	6,46	60,40	45-2017
			Суп гороховый	250	5,30			5,02	19,90	146,00	54-8с-2022
			Выточка (говядина)	100	15,90			14,40	16,00	261,00	451-2004
			Картофельное пюре	180	3,84			6,24	23,76	167,28	54-1Гр-2022
			Компот из кураги ⁵	200	1,00			0,10	15,70	66,90	54-2хн-2022
			Хлеб пшеничный	40	2,80			0,80	20,00	95,60	Пром.
			Хлеб ржаной	20	1,20			0,20	9,00	42,00	Пром.
			Кондитерские изделия (ирис) ⁸	25	0,85			1,95	23,30	120,00	Пром.
			Итого за рацион питания:		915			32,20	31,96	134,12	959,18

Неделя: 1
 День: 5

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Обед	2	3	4	5	6	7	8
	Закуска из моркови	100	0,90	8,20	4,80	189,50	Пром.
	Рассольник "Ленинградский"	250	2,01	5,09	11,98	107,25	96-2017
	Котлета "Школьная"	100	14,00	11,10	12,10	231,43	347-2018
	Каша рассыпчатая пшеничная	180	7,58	5,40	46,62	265,50	302-2017
	Компот из яблок и вишни	180	0,18	0,09	9,18	38,25	54-5хн-2022
	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	95,60	Пром.
Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42,00	Пром.	
Итого за рацион питания:		870	28,67	30,88	113,68	969,53	-

Всего за 5 дней питания:		4615	152,35	149,87	607,74	4614,07	-
Средние показатели за 5 дней питания:		923	30,47	29,97	121,55	922,81	-

Неделя: 2
 День: 1

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Обед	2	3	4	5	6	7	8
	Салат из свежих помидоров ⁴	100	1,10	6,12	4,57	77,69	23-2017
	Суп картофельный с клецками	250	2,25	3,27	13,75	93,35	54-6с-2022
	Шницель из курицы	100	19,20	4,26	13,46	168,53	54-24м-2022
	Ризотто с овощами	180	4,70	9,57	39,42	253,80	ТК № 0/10
	Напиток "Ассорти" (плодово-ягодный) ⁷	200	0,10	0,10	18,78	73,89	ТК №3/12
	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	95,60	Пром.
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42,00	Пром.
	Кондитерские изделия (вафли) ⁸	15	0,32	2,66	5,69	48,00	Пром.
	Итого за рацион питания:		905	31,67	26,98	124,67	852,86

Неделя: 2
 День: 2

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Обед	2	3	4	5	6	7	8
	Салат из квашенной капусты ⁴	100	1,71	5,00	8,47	85,70	47-2017
	Борщ "Кубанский" с фасолью	250	3,90	4,30	16,00	118,00	ТК № О/11
	Биточек "Эврика" (птица, рыба) ⁹	100	9,40	10,00	19,82	222,29	ТК №3/10
	Картофельное пюре	200	4,26	6,94	26,40	185,86	54-11г-2022
	Компот из кураги ⁵	200	1,00	0,10	15,70	66,90	54-2хн-2022
	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	95,60	Пром.
	Хлеб ржаной	30	1,80	0,30	13,50	63,00	Пром.
	Фрукты свежие (мандарин) ³	100	0,80	0,20	7,50	38,00	Пром.
	Итого за рацион питания:		1020	25,67	27,64	127,39	875,35

Неделя: 2
 День: 3

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Обед	2	3	4	5	6	7	8
	Огурец в нарезке ⁴	100	0,83	0,17	2,50	14,17	54-2з-2022
	Суп гороховый	250	5,30	5,02	19,90	146,00	54-8с-2022
	Гуляш (говядина) (60/60)	120	16,03	16,90	3,92	196,80	246-2017
	Рис припущенный	180	4,20	5,76	42,00	236,27	54-7г-2022
	Компот из яблок и вишни	200	0,20	0,10	10,20	42,50	54-5хн-2022
	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	95,60	Пром.
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42,00	Пром.
	Кондитерские изделия (пряник) ⁸	25	0,55	0,41	6,82	130,00	Пром.
	Итого за рацион питания:		935	31,11	29,36	114,34	903,34

Неделя: 2

День: 4

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры			
			Белки	Жиры	Углеводы					
Обед	2	3	4	5	6	7	8			
			Салат из белокочанной капусты с морковью ⁴	100	1,31	3,25		6,46	60,40	45-2017
			Суп картофельный с мясными фрикадельками (25/250)	275	9,34	6,72		20,41	181,87	137-2004
			Рыба запечённая "Фриш-ка" ⁹	100	11,44	14,30		4,17	237,48	ТК № О/6
			Картофель отварной с зеленью	180	3,66	5,93		28,98	217,80	634-2022
			Сок натуральный (абрикосовый) ⁶	200	1,00	0,00		25,40	106,00	Пром.
			Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80		20,00	95,60	Пром.
			Хлеб ржаной	20	1,20	0,20		9,00	42,00	Пром.
			Фрукты свежие (груша) ³	100	0,40	0,30		10,30	47,00	Пром.
			Итого за рацион питания:		1015	31,15		31,50	124,72	988,15

Неделя: 2

День: 5

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры				
			Белки	Жиры	Углеводы						
Обед	2	3	4	5	6	7	8				
			Кукуруза сахарная	100	2,00	0,33		10,16	52,16	54-213-2022	
			Рассольник "Южный"	250	3,00	8,25		20,10	135,00	ТК №О/15	
			Налетсы куринные	100	5,47	7,55		31,82	233,83	ТК № О/1	
			Макаронны отварные с сыром (Российский) ¹	180	12,18	14,33		30,70	300,96	204-2017	
			Напиток "Ассорти"(вишня) ⁷	200	0,24	0,06		18,16	75,46	ТК № О/8	
			Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80		20,00	95,60	Пром.	
			Хлеб ржаной	20	1,20	0,20		9,00	42,00	Пром.	
			Итого за рацион питания:		890	26,89		31,52	139,94	935,01	-
			Всего за 5 дней питания:		4765	146,49		147,00	631,06	4554,71	-
Средние показатели за 5 дней питания:		953	29,30	29,40	126,21	910,94	-				
Всего за цикл питания (10 дней):		9380	298,84	296,86	1238,80	9168,78	-				
Средние показатели за цикл питания (10 дней):		938	29,88	29,69	123,88	916,88	-				

Неделя: 1
День: 1

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Полдник	2	3	4	5	6	7	8
			6,16	5,44	40,70	223,20	
			80	5,00	11,00	116,20	
			Кисломолочный продукт (йогурт 2,5%)	200	6,80	5,00	
Итого за рацион питания:	380	13,76	0,80	0,20	7,50	38,00	Пром.
			10,64	59,20	377,40	-	
			10,64	59,20	377,40	-	

Неделя: 1
День: 2

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Полдник	2	70	4	5	6	7	8
			5,37	5,89	33,48	206,50	
			200	2,68	15,95	100,60	
			Булочка ванильная	70	5,37	5,89	
Итого за рацион питания:	370	9,43	0,90	0,20	8,10	43,00	Пром.
			8,77	57,53	350,10	-	
			8,77	57,53	350,10	-	

Неделя: 1
День: 3

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	
			Белки	Жиры	Углеводы			
Полдник	2	3	4	5	6	7	8	
			6,19	6,70	36,69	232,00		
			180	3,67	3,19	15,82		106,74
			Пирожок печеный с картофелем	100	6,19	6,70		36,69
Итого за рацион питания:	380	10,76	0,90	0,40	7,30	41,00	Пром.	
			10,29	59,81	379,74	-		
			10,29	59,81	379,74	-		

Неделя: 1
День: 4

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	
			Белки	Жиры	Углеводы			
Полдник	2	3	4	5	6	7	8	
			9,65	10,41	33,17	273,00		
			200	1,60	1,10	8,70		50,90
			Котлета куринная, запеченная в тесте	100	9,65	10,41		33,17
Итого за рацион питания:	400	11,65	0,40	0,40	9,80	47,00	Пром.	
			11,91	51,67	370,90	-		
			11,91	51,67	370,90	-		

поесли: 1
День: 5

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
1 Полдник	2 Сдоба обыкновенная	3 80	4 6,16	5 4,84	6 31,28	7 209,60	8 ТК №П/8
			5,87	5,07	8,40	101,82	
			0,90	0,20	8,10	43,00	
Итого за рацион питания:		380	12,93	10,11	47,78	354,42	-

Всего за 5 дней питания:	1910	58,53	51,72	275,99	1832,56	-
Средние показатели за 5 дней питания:	382	11,71	10,34	55,20	366,51	-

Неделя: 2
День: 1
Возрастная категория питающихся: 7-11 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
1 Полдник	2 Булочка ванильная	3 70	4 5,37	5 5,89	6 33,48	7 206,50	8 ТК№ П/7
			5,80	5,00	8,00	100,00	
			0,40	0,30	10,30	47,00	
Итого за рацион питания:		370	11,57	11,19	51,78	353,50	-

Неделя: 2
День: 2

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
1 Полдник	2 Коплгета куриная, запеченная в тесте	3 100	4 9,65	5 10,41	6 33,17	7 273,00	8 ТК № П/5
			0,30	0,00	6,70	27,90	
			0,90	0,40	7,30	41,00	
Итого за рацион питания:		400	10,85	10,81	47,17	341,90	-

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры			
			Белки	Жиры	Углеводы					
1 Полдник	2	3	4	5	6	7	8			
			Пирожок печеный с картошкой	100	6,19	6,70		36,69	232,00	406-2017
			Кофейный напиток с молоком	180	2,84	2,41		14,36	90,54	379-2017
			Фрукты свежие (апельсин) ³	100	0,90	0,20		8,10	43,00	Пром.
Итого за рацион питания:		380	9,93	9,31	59,15	365,54	-			
Неделя: 2										
День: 4										

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры			
			Белки	Жиры	Углеводы					
1 Полдник	2	3	4	5	6	7	8			
			Расстегай с мясом (говядина)	75	9,43	8,04		22,48	266,64	ТК№ П/9
			Чай с молоком	200	1,60	1,10		8,70	50,90	54-4гн-2022
			Фрукты свежие (яблоко) ³	100	0,40	0,40		9,80	47,00	Пром.
Итого за рацион питания:		375	11,43	9,54	40,98	364,54	-			
Неделя: 2										
День: 5										

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры			
			Белки	Жиры	Углеводы					
1 Полдник	2	3	4	5	6	7	8			
			Булочка "Домашняя"	80	6,16	5,44		40,70	223,20	ТК №1/6
			Кисломолочный продукт (йогурт 2.5%)	200	6,80	5,00		11,00	116,20	Пром.
			Фрукты свежие (мандарин) ³	100	0,80	0,20		7,50	38,00	Пром.
Итого за рацион питания:		380	13,76	10,64	59,20	377,40	-			
Всего за 5 дней питания:		1905	57,54	51,49	258,28	1802,88	-			
Средние показатели за 5 дней питания:		381	11,51	10,30	51,66	360,58	-			
Всего за цикл питания (10 дней):		3815	116,07	103,21	534,27	3635,44	-			
Средние показатели за цикл питания (10 дней):		381,5	11,61	10,32	53,43	363,54	-			

ПРИМЕЧАНИЕ (ДОПУСКАЕТСЯ):

- 1 - замена на сыр (жирность 45%, полутвердый) другого наименования с соблюдением норм закладки и энергетической ценности
- 2 - приготовление блюда из другой крупы с соблюдением норм закладки и энергетической ценности
- 3 - выдача иных фруктов в соответствии с сезоном, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности
- 4 - выдача других овощей (свежих или соленых) в соответствии с сезоном, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности
- 5 - приготовление блюда из любых сушеных плодов, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности
- 6 - выдача сока натурального из разных плодов или ягод или напиток витаминизированный, при условии отсутствия повторяемости, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности
- 7 - приготовление блюда из разных плодов, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности
- 8 - выдача других кондитерских изделий, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности
- 9 - приготовление блюда из других видов рыб, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности

Прошито, пронумеровано и скреплено печаттю
13 (тринадцат) листов
Директор АНО «Школьное питание»
«20» августа 2024 г. Шевченко М
М.П.

