

«УТВЕРЖДЕНО»
Руководитель АНО «Школьное питание»

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

Краснодедов В. А.

/

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

Возраст: 7-11 лет

Категория: 1-4 классы

Дата: 21.11.2024 Циклическое меню: Неделя: 1 День: 4

* очищенные овощи

| 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 | Кукуруза сахарная | 60 | 1,20 | 0,20 | 6,10 | 31 | 54-21з-2022 | 19,50 | 25,35 |
| | Омлет натуральный | 150 | 12,70 | 18,00 | 3,30 | 226 | 54-1о-2022 | 38,77 | 58,15 |
| | Сок натуральный | 200 | 1,00 | | 20,20 | 85 | Пром. | 16,00 | 20,80 |
| | 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 | 18,6 | 19,4 | 63,4 | 503 | | 86,56 | 119,78 |
| Обед | Салат из белокочанной капусты с морковью | 60 | 0,78 | 1,94 | 3,87 | 36 | 45-2017 | 3,88 | 5,82 |
| | Суп гороховый | 200 | 4,24 | 4,02 | 15,92 | 117 | 54-8с-2022 | 6,93 | 10,41 |
| | Биточки (говядина) | 90 | 14,31 | 12,96 | 14,40 | 235 | 451-2004 | 51,69 | 77,11 |
| | Картофельное пюре | 150 | 3,20 | 5,20 | 19,80 | 139 | 54-11г-2022 | 17,86 | 26,80 |
| | Компот из кураги | 180 | 0,90 | 0,09 | 14,12 | 60 | 54-2хн-2022 | 7,42 | 11,13 |
| | 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 (ирис) | 25 | 0,85 | 1,95 | 23,30 | 120 | Пром. | 10,43 | 13,56 |
| Итого за рацион питания : | 765 | 28,28 | 27,16 | 120,41 | 845 | | 104,02 | 151,80 | |
| Полдник | Котлета куриная, запеченная в тесте | 75 | 7,24 | 7,81 | 24,88 | 205 | ТК П/5 | 17,74 | 26,45 |
| | Чай с молоком | 200 | 1,60 | 1,10 | 8,70 | 51 | 54-4гн-2022 | 4,93 | 7,40 |
| | Фрукты свежие (мандарин) | 100 | 0,80 | 0,20 | 7,50 | 38 | Пром.4 | 14,50 | 18,85 |
| | Итого за рацион питания : | 375 | 9,64 | 9,11 | 41,08 | 294 | | 37,17 | 52,70 |
| ВСЕГО : | | 1 700 | 56,52 | 55,67 | 224,89 | 1 642 | | 227,75 | 324,28 |

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи

«УТВЕРЖДЕНО»
Руководитель АНО «Школьное питание»

Краснодедов В. А.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации



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

Возраст: 12 и старше

Категория: 5-11 классы

Дата: 21.11.2024 Циклическое меню: Неделя: 1 День: 4

КОМПЛЕКС № 1

* очищенные овощи

| 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 | Кукуруза сахарная | 100 | 2,00 | 0,33 | 10,17 | 52 | 54-21з-2022 | 32,49 | 42,23 |
| | Омлет с морковью | 200 | 14,80 | 20,00 | 6,90 | 268 | 54-3о-2022 | 46,91 | 70,39 |
| | Сок натуральный | 200 | 1,00 | | 20,20 | 85 | Пром. | 16,00 | 20,80 |
| | 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 | 21,5 | 21,53 | 71,07 | 566 | | 107,69 | 148,90 |
| Обед | Салат из белокочанной капусты с морковью | 100 | 1,31 | 3,25 | 6,46 | 60 | 45-2017 | 6,47 | 9,70 |
| | Суп гороховый | 250 | 5,30 | 5,02 | 19,90 | 146 | 54-8с-2022 | 8,63 | 12,93 |
| | Биточки (говядина) | 100 | 15,90 | 14,40 | 16,00 | 261 | 451-2004 | 57,45 | 85,70 |
| | Картофельное пюре | 180 | 3,84 | 6,24 | 23,76 | 167 | 54-11г-2022 | 21,05 | 31,57 |
| | Компот из кураги | 200 | 1,00 | 0,10 | 15,69 | 67 | 54-2хн-2022 | 8,24 | 12,38 |
| | 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 (ирис) | 25 | 0,85 | 1,95 | 23,30 | 120 | Пром. | 10,43 | 13,56 |
| Итого за рацион питания : | 915 | 32,2 | 31,96 | 134,11 | 959 | | 118,08 | 172,81 | |
| Полдник | Котлета куриная, запеченная в тесте | 100 | 9,65 | 10,41 | 33,17 | 273 | ТК № П/5 | 23,66 | 35,24 |
| | Чай с молоком | 200 | 1,60 | 1,10 | 8,70 | 51 | 54-4гн-2022 | 4,93 | 7,40 |
| | Фрукты свежие (мандарин) | 100 | 0,80 | 0,20 | 7,50 | 38 | Пром.4 | 14,50 | 18,85 |
| | Итого за рацион питания : | 400 | 12,05 | 11,71 | 49,37 | 362 | | 43,09 | 61,49 |
| ВСЕГО : | 1 965 | 65,75 | 65,2 | 254,55 | 1 887 | | 268,86 | 383,20 | |

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО «Школьное питание»

Краснодедов В. А.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

/

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

Возраст: 12 и старше

Категория: 5-11 классы

Дата: 21.11.2024 Циклическое меню: Неделя: 1 День: 4

КОМПЛЕКС № 2

* очищенные овощи

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм | | | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры | Цена продукта в наборе в рублях | Цена всего в рублях |
|----------------------------------|--|------------------|-------------------------|---------------|---------------|-------------------------------|---------------|---------------------------------|---------------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | | | |
| Завтрак | Кукуруза сахарная | 100 | 2,00 | 0,33 | 10,17 | 52 | 54-21з-2022 | 32,49 | 42,23 |
| | Омлет с помидорами | 200 | 15,24 | 18,14 | 9,63 | 263 | №417-22 | 47,42 | 70,07 |
| | Сок натуральный | 200 | 1,00 | | 20,20 | 85 | Пром. | 16,00 | 20,80 |
| | 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 | 21,94 | 19,67 | 73,8 | 561 | | 108,20 | 148,58 |
| Обед | Салат из белокочанной капусты с морковью | 100 | 1,31 | 3,25 | 6,46 | 60 | 45-2017 | 6,47 | 9,70 |
| | Суп гороховый | 250 | 5,30 | 5,02 | 19,90 | 146 | 54-8с-2022 | 8,63 | 12,93 |
| | Говядина в кисло-сладком соусе | 120 | 14,60 | 14,30 | 9,86 | 195 | №ТК 12 | 56,96 | 85,45 |
| | Рис припущенный | 200 | 4,67 | 6,40 | 29,75 | 224 | №ТК 13 | 16,63 | 24,95 |
| | Компот из кураги | 200 | 1,00 | 0,10 | 15,69 | 67 | 54-2хн-2022 | 8,24 | 12,38 |
| | 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 (ирис) | 25 | 0,85 | 1,95 | 23,30 | 120 | Пром. | 10,43 | 13,56 |
| Итого за рацион питания : | 955 | 31,73 | 32,02 | 133,96 | 950 | | 113,17 | 165,94 | |
| Полдник | Котлета куриная, запеченная в тесте | 100 | 9,65 | 10,41 | 33,17 | 273 | ТК № П/5 | 23,66 | 35,24 |
| | Чай с молоком | 200 | 1,60 | 1,10 | 8,70 | 51 | 54-4гн-2022 | 4,93 | 7,40 |
| | Фрукты свежие (мандарин) | 100 | 0,80 | 0,20 | 7,50 | 38 | Пром.4 | 14,50 | 18,85 |
| | Итого за рацион питания : | 400 | 12,05 | 11,71 | 49,37 | 362 | | 43,09 | 61,49 |
| ВСЕГО : | | 2 005 | 65,72 | 63,4 | 257,13 | 1 873 | | 264,46 | 376,01 |

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи