



«УТВЕРЖДЕНО»
 Руководитель АНО «Школьное питание»

/Краснодедов В. А.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

/

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

Возраст: 7-11 лет

Категория: 1-4 классы

Дата: 22.01.2025 Циклическое меню: Неделя: 1 День: 3

* 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 | Сыр твердых сортов в нарезке | 15 | 3,48 | 4,43 | | 54 | 15-2017 | 13,65 | 20,47 |
| | Запеканка воздушная "Зебра" с сахарной пудрой (150/5) | 155 | 10,16 | 15,30 | 39,18 | 394 | ТК № 3/7 | 81,80 | 122,68 |
| | Чай с сахаром и лимоном | 200 | 0,30 | | 6,70 | 28 | 54-3гн-2022 | 2,49 | 3,73 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,10 | 0,60 | 15,00 | 72 | Пром.1 | 2,77 | 3,32 |
| | Фрукты свежие (яблоко) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47 | Пром.3 | 8,20 | 10,66 |
| | Итого за рацион питания : | 500 | 16,44 | 20,73 | 70,68 | 595 | | 108,91 | 160,86 |
| Обед | Салат витаминный | 80 | 1,26 | 5,04 | 3,53 | 65 | ТК №82 Н | 8,69 | 11,95 |
| | Борщ с капустой и картофелем | 200 | 1,60 | 4,16 | 10,48 | 85 | №110-2004 | 12,13 | 18,18 |
| | Филе птицы, тушенное в сметанном соусе | 100 | 13,58 | 10,83 | 25,00 | 260 | ТК № О/2 | 43,81 | 65,70 |
| | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 8,30 | 6,30 | 36,00 | 234 | 54-4г-2023 | 13,54 | 20,31 |
| | Сок натуральный | 200 | 1,00 | | 20,20 | 85 | Пром. | 17,00 | 22,10 |
| | 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 |
| | Итого за рацион питания : | 790 | 29,74 | 27,33 | 124,21 | 867 | | 100,98 | 145,21 |
| Полдник | Пирожок печеный с картофелем | 75 | 4,64 | 5,03 | 27,52 | 174 | 406-2017 | 7,69 | 11,56 |
| | Какао с молоком | 180 | 3,67 | 3,19 | 15,82 | 107 | 382-2017 | 13,05 | 19,57 |
| | Фрукты свежие (яблоко) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47 | Пром.3 | 8,20 | 10,66 |
| | Итого за рацион питания : | 355 | 8,71 | 8,62 | 53,14 | 328 | | 28,94 | 41,79 |
| ВСЕГО : | | 1 645 | 54,89 | 56,68 | 248,03 | 1 790 | | 238,83 | 347,86 |

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: 22.01.2025 Циклическое меню: Неделя: 1 День: 3

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 | Сыр твердых сортов в нарезке | 15 | 3,48 | 4,43 | | 54 | 15-2017 | 13,65 | 20,47 |
| | Воздушная "Зебра" с джемом (180/20) | 200 | 12,29 | 17,44 | 55,35 | 463 | ТК № 3/14 | 102,42 | 153,63 |
| | Чай с сахаром и лимоном | 200 | 0,30 | | 6,70 | 28 | 54-Згн-2022 | 2,49 | 3,73 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 2,80 | 0,80 | 20,00 | 96 | Пром. 5 | 3,69 | 4,43 |
| | Фрукты свежие (яблоко) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47 | Пром.3 | 8,20 | 10,66 |
| | Итого за рацион питания : | 555 | 19,27 | 23,07 | 91,85 | 688 | | 130,45 | 192,92 |
| Обед | Салат витаминный | 100 | 1,57 | 6,30 | 4,41 | 81 | ТК №82 Н | 10,85 | 14,93 |
| | Борщ с капустой и картофелем | 250 | 2,00 | 5,20 | 13,10 | 106 | №110-2004 | 15,08 | 22,63 |
| | Птица, тушеная в сметанном соусе | 120 | 12,90 | 9,40 | 5,61 | 200 | ТК 594-22 | 52,56 | 78,83 |
| | Каша гречневая рассыпчатая | 180 | 9,96 | 7,56 | 43,20 | 281 | 54-4г-2023 | 16,26 | 24,38 |
| | Сок натуральный | 200 | 1,00 | | 20,20 | 85 | Пром. | 17,00 | 22,10 |
| | 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 |
| | Итого за рацион питания : | 910 | 31,43 | 29,46 | 115,52 | 891 | | 117,56 | 169,84 |
| Полдник | Пирожок печеный с картофелем | 100 | 6,19 | 7,70 | 32,69 | 232 | №ТК/П/25 | 10,30 | 15,42 |
| | Какао с молоком | 180 | 3,67 | 3,19 | 15,82 | 107 | 382-2017 | 13,05 | 19,57 |
| | Фрукты свежие (яблоко) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47 | Пром.3 | 8,20 | 10,66 |
| | Итого за рацион питания : | 380 | 10,26 | 11,29 | 58,31 | 386 | | 31,55 | 45,65 |
| ВСЕГО : | | 1 845 | 60,96 | 63,82 | 265,68 | 1 965 | | 279,56 | 408,41 |

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи

«УТВЕРЖДЕНО»
Руководитель АНО «Школьное питание»

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

Краснододов В. А.



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

Возраст: 12 и старше

Категория: 5-11 классы

Дата: 22.01.2025 Циклическое меню: Неделя: 1 День: 3

КОМПЛЕКС № 2

* 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 | Сыр твердых сортов в нарезке | 15 | 3,48 | 4,43 | | 54 | 15-2017 | 13,65 | 20,47 |
| | Сырники творожные со сгущенным молоком (200/20) | 200/20 | 13,75 | 17,50 | 60,07 | 455 | ТК С/12 | 101,90 | 152,83 |
| | Чай с сахаром и лимоном | 200 | 0,30 | | 6,70 | 28 | 54-3гн-2022 | 2,49 | 3,73 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 2,80 | 0,80 | 20,00 | 96 | Пром. 5 | 3,69 | 4,43 |
| | Фрукты свежие (яблоко) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47 | Пром.3 | 8,20 | 10,66 |
| | Итого за рацион питания : | 575 | 20,73 | 23,13 | 96,57 | 680 | | 129,93 | 192,12 |
| Обед | Салат витаминный | 100 | 1,57 | 6,30 | 4,41 | 81 | ТК №82 Н | 10,85 | 14,93 |
| | Борщ с капустой и картофелем | 250 | 2,00 | 5,20 | 13,10 | 106 | №110-2004 | 15,08 | 22,63 |
| | Фрикасе из курицы | 120 | 18,98 | 12,28 | 21,13 | 275 | 599-22 | 53,98 | 80,97 |
| | Рагу из овощей | 180 | 3,66 | 6,46 | 30,75 | 205 | Тк/Р1 | 16,21 | 23,55 |
| | Сок натуральный | 200 | 1,00 | | 20,20 | 85 | Пром. | 17,00 | 22,10 |
| | 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 |
| Итого за рацион питания : | 910 | 31,21 | 31,24 | 118,59 | 890 | | 118,93 | 171,15 | |
| Полдник | Пирожок печеный с картофелем | 100 | 6,19 | 7,70 | 32,69 | 232 | №ТК/П/25 | 10,30 | 15,42 |
| | Какао с молоком | 180 | 3,67 | 3,19 | 15,82 | 107 | 382-2017 | 13,05 | 19,57 |
| | Фрукты свежие (яблоко) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47 | Пром.3 | 8,20 | 10,66 |
| | Итого за рацион питания : | 380 | 10,26 | 11,29 | 58,31 | 386 | | 31,55 | 45,65 |
| ВСЕГО : | 1 865 | 62,2 | 65,66 | 273,47 | 1 956 | | 280,41 | 408,92 | |

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи