

«УТВЕРЖДЕНО»
Руководитель АНО "Школьное питание"

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

Краснодедов В. А.

/

«Школьное питание»

Ежедневное меню
основного (организованного) питания *

Возраст: 7-11 лет

Категория: 1-4 классы

Дата: 28.11.2024 Циклическое меню: Неделя: 2 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	Овощи в нарезке (помидор свежий)	75	0,88	0,13	2,88	16	54-3з-2022	13,01	16,91
	Омлет с картофелем (запеченный)	150	13,20	15,90	11,25	284	345-2004	40,51	60,77
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,30		6,70	28	54-3гн-2022	2,32	3,48
	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
	Кондитерские изделия (пряники)	25	0,55	0,41	6,82	130	Пром.	8,90	11,57
	Итого за рацион питания :	500	18,23	17,24	51,65	572		69,63	98,59
Обед	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	0,78	1,94	3,87	36	45-2017	3,88	5,82
	Суп картофельный с мясными фрикадельками (200/25)	225	7,64	5,50	16,70	149	137-2004	29,83	44,76
	Рыба запеченная "Фиш-ка" (минтай)	90	10,30	12,87	3,75	214	ТК № 0/6	36,22	54,33
	Картофель отварной с зеленью	150	3,05	4,94	24,15	182	634-2022	17,61	26,42
	Сок натуральный	180	0,90		18,18	76	Пром.	14,40	18,72
	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
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.3	7,40	9,62
	Итого за рацион питания :	865	27,07	26,65	105,45	842		115,15	166,64
Полдник	Расстегай с мясом	75	9,43	8,04	22,48	267	П/9	21,70	32,54
	Чай с молоком	180	1,44	0,99	7,83	46	54-4гн-2022	4,43	6,65
	Фрукты свежие (мандарин)	100	0,80	0,20	7,50	38	Пром.4	14,50	18,85
	Итого за рацион питания :	355	11,67	9,23	37,81	351		40,63	58,04
ВСЕГО :		1 720	56,97	53,12	194,91	1 765		225,41	323,27

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи

«УТВЕРЖДЕНО»
Руководитель АНО «Школьное питание»

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации



Краснодеедов В. А.

/

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

Возраст: 12 и старше

Категория: 5-11 классы

Дата: 28.11.2024 Циклическое меню: Неделя: 2 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	Овощи в нарезке (помидор свежий)	100	1,17	0,17	3,83	21	54-3з-2022	17,35	22,55
	Омлет с картофелем (запеченный)	200	17,60	21,20	15,00	378	345-2004	54,00	81,00
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,30		6,70	28	54-3гн-2022	2,32	3,48
	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
	Кондитерские изделия (пряники)	25	0,55	0,41	6,82	130	Пром.	8,90	11,57
	Итого за рацион питания :	575	22,92	22,58	56,35	671		87,46	124,46
Обед	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	1,31	3,25	6,46	60	45-2017	6,47	9,70
	Суп картофельный с мясными фрикадельками (250/25)	275	9,34	6,72	20,41	182	137-2004	32,21	48,32
	Рыба запеченная "Фиш-ка" (минтай)	100	11,44	14,30	4,17	238	ТК № О/6	40,31	60,45
	Картофель отварной с зеленью	180	3,66	5,93	28,98	218	634-2022	21,13	31,69
	Сок натуральный	200	1,00		20,20	85	Пром.	16,00	20,80
	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
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.3	7,40	9,62
	Итого за рацион питания :	1 015	31,15	31,6	119,02	968		129,33	187,55
Полдник	Расстегай с мясом	75	9,43	8,04	22,48	267	П/9	21,70	32,54
	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	11,83	9,34	38,68	356		41,13	58,79
ВСЕГО :	1 965	65,9	63,52	214,05	1 995		257,92	370,80	

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи

«УТВЕРЖДЕНО»
Руководитель АНО "Школьное питание"

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

Краснододов В. А.

/



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

Возраст: 7 и старше
Категория: 5-11 классы

Дата: 28.11.2024 Цикличное меню: Неделя: 2 День: 4

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	Овощи в нарезке (помидор свежий)	100	1,17	0,17	3,83	21	54-3з-2022	17,35	22,55
	Омлет натуральный	210	16,75	19,21	24,54	358	ТК	54,27	81,40
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,30		6,70	28	54-3гн-2022	2,32	3,48
	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
	Кондитерские изделия (пряники)	25	0,55	0,41	6,82	130	Пром.	8,90	11,57
	Итого за рацион питания :	585	22,07	20,59	65,89	651		87,73	124,86
Обед	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	1,31	3,25	6,46	60	45-2017	6,47	9,70
	Суп картофельный с мясными фрикадельками (250/25)	275	9,34	6,72	20,41	182	137-2004	32,21	48,32
	Фишболы в томатном соусе (100/20)	120	13,25	11,05	6,40	208	№ТК/13	37,36	56,02
	Картофель фри	200	2,11	9,00	36,11	247	№648-22	23,98	35,98
	Сок натуральный	200	1,00		20,20	85	Пром.	16,00	20,80
	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
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.3	7,40	9,62
	Итого за рацион питания :	1 055	31,41	31,42	128,38	967		129,23	187,41
Полдник	Расстегай с мясом	75	9,43	8,04	22,48	267	П/9	21,70	32,54
	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	11,83	9,34	38,68	356		41,13	58,79
ВСЕГО :		2 015	65,31	61,35	232,95	1 974		258,09	371,06

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи