

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

Краснододов В. А.



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

Возраст: 12 лет

Категория: 5-11 классы

Дата: 25.04.2025 Циклическое меню: Неделя: 1 День: 5

**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 (огурец свежий)	100	0,83	0,17	2,50	14	54-23-2022	16,32	21,22
	Гратен из картофеля с рыбой	200	13,51	17,02	24,92	385	№ТК ГР/11	97,00	145,52
	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	119	382-2017	14,68	22,01
	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	72	Пром.1	2,90	3,48
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42	Пром.2	2,22	2,67
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.3	8,20	10,66
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>650</b>	<b>22,12</b>	<b>21,93</b>	<b>78,8</b>	<b>679</b>		<b>141,32</b>	<b>205,56</b>
Обед	Закуска из моркови	100	0,90	8,20	4,80	189	Пром.	16,24	21,11
	Рассольник "Ленинградский"	250	2,01	5,09	11,98	108	96-2017	11,34	16,58
	Котлета "Школьная"	100	14,00	11,10	15,10	205	№Тк №Шж/5	48,20	71,82
	Каша пшеничная рассыпчатая	180	7,58	5,40	46,62	265	302-2017	11,54	17,30
	Компот из клубники и яблок	180	0,20	0,12	8,66	37	5хн-22	6,91	9,99
	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	96	Пром. 5	3,87	4,65
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42	Пром.2	2,22	2,67
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>870</b>	<b>28,69</b>	<b>30,91</b>	<b>116,16</b>	<b>942</b>		<b>100,32</b>	<b>144,12</b>
Полдник	Сдоба обыкновенная	80	6,17	4,84	31,27	209	П/8	5,10	7,65
	Ряженка	200	5,87	5,07	8,40	102	Пром.	36,70	47,72
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.3	8,20	10,66
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>380</b>	<b>12,44</b>	<b>10,31</b>	<b>49,47</b>	<b>358</b>		<b>50,00</b>	<b>66,03</b>
<b>ВСЕГО :</b>		<b>1 900</b>	<b>63,25</b>	<b>63,15</b>	<b>244,43</b>	<b>1 979</b>		<b>291,64</b>	<b>415,71</b>

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: 25.04.2025 Циклическое меню: Неделя: 1 День: 5

**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 (огурец свежий)	100	0,83	0,17	2,50	14	54-23-2022	16,32	21,22
	Вок с рыбой и овощами	240	13,80	18,00	40,26	380	№Тк №6	93,08	139,62
	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	119	382-2017	14,68	22,01
	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	72	Пром.1	2,90	3,48
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42	Пром.2	2,22	2,67
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.3	8,20	10,66
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>690</b>	<b>22,41</b>	<b>22,91</b>	<b>94,14</b>	<b>674</b>		<b>137,40</b>	<b>199,66</b>
Обед	Закуска из моркови	100	0,90	8,20	4,80	189	Пром.	16,24	21,11
	Рассольник "Ленинградский"	250	2,01	5,09	11,98	108	96-2017	11,34	16,58
	Филе птицы, тушенное в сметанном соусе	100	13,58	10,83	25,00	240	ТК № Пт/2	43,33	65,01
	Макароны отварные	180	6,48	5,88	39,36	236	54-1г-2022	15,67	23,49
	Компот из клубники и яблок	180	0,20	0,12	8,66	37	5хн-22	6,91	9,99
	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	96	Пром. 5	3,87	4,65
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42	Пром.2	2,22	2,67
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>870</b>	<b>27,17</b>	<b>31,12</b>	<b>118,8</b>	<b>948</b>		<b>99,58</b>	<b>143,50</b>
Полдник	Сдоба обыкновенная	80	6,17	4,84	31,27	209	П/8	5,10	7,65
	Ряженка	200	5,87	5,07	8,40	102	Пром.	36,70	47,72
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.3	8,20	10,66
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>380</b>	<b>12,44</b>	<b>10,31</b>	<b>49,47</b>	<b>358</b>		<b>50,00</b>	<b>66,03</b>
<b>ВСЕГО :</b>		<b>1 940</b>	<b>62,02</b>	<b>64,34</b>	<b>262,41</b>	<b>1 980</b>		<b>286,98</b>	<b>409,19</b>

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи

«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: 25.04.2025 Циклическое меню: Неделя: 1 День: 5

\* очищенные овощи

Прим 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 (огурец свежий)	70	0,58	0,12	1,75	10	54-2з-2022	11,43	14,86
	Гратен из картофеля с рыбой	150	11,25	12,77	14,19	306	ТК № 38 Нов	72,77	109,16
	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107	382-2017	13,21	19,81
	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	72	Пром.1	2,90	3,48
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42	Пром.2	2,22	2,67
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.3	8,20	10,66
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>550</b>	<b>19,2</b>	<b>17,28</b>	<b>65,56</b>	<b>584</b>		<b>110,73</b>	<b>160,64</b>
Обед	Икра кабачковая консервированная порционно	60	0,72	1,74	3,92	34	Пром.	10,10	13,14
	Рассольник "Ленинградский"	200	1,61	4,07	9,58	86	96-2017	9,06	13,25
	Котлета "Школьная"	90	12,60	9,99	10,89	209	№347-2018	43,38	64,67
	Каша пшеничная рассыпчатая	150	6,32	4,50	38,85	221	302-2017	9,61	14,42
	Компот из клубники и яблок	180	0,20	0,12	8,66	37	5хн-22	6,91	9,99
	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	96	Пром. 5	3,87	4,65
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42	Пром.2	2,22	2,67
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>740</b>	<b>25,45</b>	<b>21,42</b>	<b>100,9</b>	<b>725</b>		<b>85,15</b>	<b>122,79</b>
Полдник	Сдоба обыкновенная	60	4,63	3,63	23,45	157	ТК № П/8	3,83	5,74
	Ряженка	180	5,28	4,56	7,56	92	Пром.	33,04	42,95
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.3	8,20	10,66
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>340</b>	<b>10,31</b>	<b>8,59</b>	<b>40,81</b>	<b>296</b>		<b>45,07</b>	<b>59,35</b>
<b>ВСЕГО :</b>		<b>1 630</b>	<b>54,96</b>	<b>47,29</b>	<b>207,27</b>	<b>1 605</b>		<b>240,95</b>	<b>342,78</b>

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи