

«УТВЕРЖДЕНО»
Руководитель АНО «Школьное питание»

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

Краснодеев В. А.

«Школьное питание»

Ежедневное меню

основного (организованного) питания **

Возраст: 7-14 лет

Категория: 1-4 классы

Дата: 13.01.2025 Циклическое меню: Неделя: 2 День: 1

** очищенный картофель

| 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 | Яйцо вареное | 40 | 4,80 | 4,00 | 0,30 | 56 | 54-60-2022 | 11,50 | 17,25 |
| | Каша вязкая молочная из риса | 150 | 4,29 | 7,75 | 30,66 | 210 | 174-2017 | 15,47 | 23,20 |
| | Кофейный напиток с молоком | 200 | 3,16 | 2,68 | 15,95 | 101 | 379-2017 | 12,87 | 19,30 |
| | 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 | 8,20 | 10,66 |
| | Итого за рацион питания : | 540 | 15,95 | 15,63 | 80,71 | 528 | | 52,93 | 76,27 |
| Обед | Салат из отварных овощей с зеленым горошком | 80 | 0,98 | 4,86 | 3,57 | 62 | ТК № 84 Н | 7,45 | 10,55 |
| | Суп картофельный с клецками | 200 | 1,80 | 2,62 | 11,00 | 75 | 54-60-2022 | 5,93 | 8,90 |
| | Шницель из курицы | 90 | 17,28 | 3,84 | 12,12 | 152 | 54-24м-2022 | 34,41 | 51,30 |
| | Ризотто с овощами | 150 | 3,91 | 7,98 | 32,85 | 211 | ТК № О/10 | 20,13 | 27,41 |
| | Напиток "Ассорти"(плодово-ягодный) | 200 | 0,10 | 0,10 | 18,78 | 74 | ТК № 3/12 | 6,42 | 9,63 |
| | 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 (вафли) | 15 | 0,32 | 2,66 | 5,69 | 48 | Пром. | 4,43 | 5,76 |
| Итого за рацион питания : | 795 | 28,39 | 23,06 | 113,01 | 760 | | 84,58 | 120,52 | |
| Полдник | Булочка ванильная | 60 | 4,60 | 5,05 | 28,70 | 177 | ТК № П/7 | 5,01 | 7,52 |
| | Кефир | 180 | 5,22 | 4,50 | 7,20 | 90 | Пром.10 | 18,30 | 23,79 |
| | Фрукты свежие (яблоко) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47 | Пром.3 | 8,20 | 10,66 |
| | Итого за рацион питания : | 340 | 10,22 | 9,95 | 45,7 | 314 | | 31,51 | 41,97 |
| ВСЕГО : | | 1 675 | 54,56 | 48,64 | 239,42 | 1 602 | | 169,02 | 238,76 |

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 лет
Категория: 5-11 классы

Дата: 13.01.2025 Циклическое меню: Неделя: 2 День: 1

КОМПЛЕКС № 1

** очищенный картофель

| 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 | Яйцо вареное | 40 | 4,80 | 4,00 | 0,30 | 56 | 54-60-2022 | 11,50 | 17,25 |
| | Каша вязкая молочная из риса | 200 | 5,72 | 10,33 | 40,90 | 280 | 174-2017 | 20,62 | 30,92 |
| | Кофейный напиток с молоком | 200 | 3,16 | 2,68 | 15,95 | 101 | 379-2017 | 12,87 | 19,30 |
| | 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 | 8,20 | 10,66 |
| | Итого за рацион питания : | 590 | 17,38 | 18,21 | 90,95 | 598 | | 58,08 | 83,99 |
| Обед | Салат из отварных овощей с зеленым горошком | 100 | 1,23 | 6,08 | 4,47 | 77 | ТК № 84 Н | 9,31 | 13,19 |
| | Суп картофельный с клецками | 250 | 2,25 | 3,27 | 13,75 | 93 | 54-60-2022 | 7,42 | 11,13 |
| | Шницель из курицы | 100 | 19,20 | 4,26 | 13,46 | 169 | 54-24м-2022 | 38,22 | 57,00 |
| | Ризотто с овощами | 180 | 4,69 | 9,58 | 39,42 | 254 | ТК № О/10 | 24,17 | 32,88 |
| | Напиток "Ассорти"(плодово-ягодный) | 200 | 0,10 | 0,10 | 18,78 | 74 | ТК № 3/12 | 6,42 | 9,63 |
| | 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 (вафли) | 15 | 0,32 | 2,66 | 5,69 | 48 | Пром. | 4,43 | 5,76 |
| | Итого за рацион питания : | 905 | 31,79 | 26,95 | 124,57 | 853 | | 95,78 | 136,56 |
| Полдник | Булочка ванильная | 70 | 5,37 | 5,89 | 33,48 | 207 | П/7 | 5,84 | 8,74 |
| | Кефир | 200 | 5,80 | 5,00 | 8,00 | 100 | Пром.10 | 20,33 | 26,43 |
| | Фрукты свежие (яблоко) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47 | Пром.3 | 8,20 | 10,66 |
| | Итого за рацион питания : | 370 | 11,57 | 11,29 | 51,28 | 354 | | 34,37 | 45,83 |
| ВСЕГО : | | 1 865 | 60,74 | 56,45 | 266,8 | 1 805 | | 188,23 | 266,38 |

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи

«УТВЕРЖДЕНО»
Руководитель АНО «Школьное питание»

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

Краснододов В. А.

/

«Школьное питание»

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

Возраст: 7-11 лет

Категория: 5-11 классы

Дата: 13.01.2025 Циклическое меню: Неделя: 2 День: 1

КОМПЛЕКС № 2

** очищенный картофель

| 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 | Яйцо вареное | 40 | 4,80 | 4,00 | 0,30 | 56 | 54-60-2022 | 11,50 | 17,25 |
| | Запеканка со свежими плодами с джемом | 220 | 7,29 | 10,98 | 46,00 | 297 | №395 | 21,52 | 31,73 |
| | Кофейный напиток с молоком | 200 | 3,16 | 2,68 | 15,95 | 101 | 379-2017 | 12,87 | 19,30 |
| | 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 | 8,20 | 10,66 |
| | Итого за рацион питания : | 610 | 18,95 | 18,86 | 96,05 | 615 | | 58,98 | 84,80 |
| Обед | Салат из отварных овощей с зеленым горошком | 100 | 1,23 | 6,08 | 4,47 | 77 | ТК № 84 Н | 9,31 | 13,19 |
| | Суп картофельный с клецками | 250 | 2,25 | 3,27 | 13,75 | 93 | 54-6с-2022 | 7,42 | 11,13 |
| | Куры запеченные | 100 | 18,57 | 11,29 | 12,50 | 215 | №568-22 | 48,98 | 73,47 |
| | Рагу из овощей | 180 | 2,74 | 8,04 | 32,54 | 185 | №334-22 | 14,74 | 21,34 |
| | Напиток "Ассорти"(плодово-ягодный) | 200 | 0,10 | 0,10 | 18,78 | 74 | ТК № 3/12 | 6,42 | 9,63 |
| | 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 (вафли) | 15 | 0,32 | 2,66 | 5,69 | 48 | Пром. | 4,43 | 5,76 |
| | Итого за рацион питания : | 905 | 29,21 | 32,44 | 116,73 | 830 | | 97,11 | 141,49 |
| Полдник | Булочка ванильная | 70 | 5,37 | 5,89 | 33,48 | 207 | П/7 | 5,84 | 8,74 |
| | Кефир | 200 | 5,80 | 5,00 | 8,00 | 100 | Пром.10 | 20,33 | 26,43 |
| | Фрукты свежие (яблоко) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47 | Пром.3 | 8,20 | 10,66 |
| | Итого за рацион питания : | 370 | 11,57 | 11,29 | 51,28 | 354 | | 34,37 | 45,83 |
| ВСЕГО : | | 1 885 | 59,73 | 62,59 | 264,06 | 1 799 | | 190,46 | 272,12 |

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи