

Краснододов В. А.

/

«Школьное питание»

Ежедневное меню

основного (организованного) питания **

Возраст: 7-11 лет

Категория: 1-4 классы

Дата: 16.01.2025 Циклическое меню: Неделя: 2 День: 4

** 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	Ассорти овощное вариант 2	80	0,88	0,11	2,80	16	№ТК АС/2	7,47	10,40
	Омлет с картофелем (запеченный)	150	13,20	15,90	11,25	284	345-2004	47,02	70,54
	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
	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 :	505	18,53	18,76	68,05	562		72,30	104,09
Обед	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	0,78	1,94	3,87	36	45-2017	4,26	6,40
	Суп картофельный с мясными фрикадельками (200/25)	225	7,64	5,50	16,70	149	137-2004	31,48	47,21
	Рыба запеченная "Фиш-ка" (минтай)	90	10,30	12,87	3,75	214	ТК № О/6	38,54	57,78
	Картофель отварной с зеленью	150	3,05	4,94	24,15	182	634-2022	20,79	31,19
	Сок натуральный	180	0,90		18,18	76	Пром.	15,30	19,89
	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	8,20	10,66
	Итого за рацион питания :	865	27,07	26,65	105,45	842		124,38	180,10
Полдник	Расстегай с мясом	75	9,43	8,04	22,48	267	П/9	23,20	34,78
	Чай с молоком	180	1,44	0,99	7,83	46	54-4гн-2022	5,06	7,58
	Фрукты свежие (апельсин)	100	0,90	0,20	8,10	43	Пром.11	17,60	22,88
	Итого за рацион питания :	355	11,77	9,23	38,41	356		45,86	65,24
ВСЕГО :		1 725	57,37	54,64	211,91	1 760		242,54	349,43

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: 16.01.2025 Циклическое меню: Неделя: 2 День: 4

** очищенный картофель

КОМПЛЕКС № 1

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	Ассорти овощное вариант 2	100	1,10	0,14	3,85	20	№ТК АС/2	9,55	13,26
	Омлет с картофелем (запеченный)	200	17,60	21,20	15,00	378	345-2004	62,68	94,03
	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
	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 :	575	23,15	24,09	72,85	660		90,04	130,44
Обед	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	1,31	3,25	6,46	60	45-2017	7,13	10,67
	Суп картофельный с мясными фрикадельками (250/25)	275	9,34	6,72	20,41	182	137-2004	33,97	50,95
	Рыба запеченная "Фиш-ка" (минтай)	100	11,44	14,30	4,17	238	ТК № О/6	42,87	64,30
	Картофель отварной с зеленью	180	3,66	5,93	28,98	218	634-2022	24,96	37,41
	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
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.3	8,20	10,66
	Итого за рацион питания :	1 015	31,15	31,6	119,02	968		139,94	203,06
Полдник	Расстегай с мясом	75	9,43	8,04	22,48	267	П/9	23,20	34,78
	Чай с молоком	200	1,60	1,10	8,70	51	54-4гн-2022	5,62	8,43
	Фрукты свежие (апельсин)	100	0,90	0,20	8,10	43	Пром.11	17,60	22,88
	Итого за рацион питания :	375	11,93	9,34	39,28	361		46,42	66,09
ВСЕГО :	1 965	66,23	65,03	231,15	1 989		276,40	399,59	

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи

«УТВЕРЖДЕНО»
Руководитель АНО "Школьное питание"

«СОГЛАСОВАНО»
Руководитель общеобразовательной организации

Краснодедов В. А.



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

Возраст: 12 и старше

Категория: 5-11 классы

Дата: 16.01.2025 Цикличное меню: Неделя: 2 День: 4

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	Ассорти овощное вариант 2	100	1,10	0,14	3,85	20	№ТК АС/2	9,55	13,26
	Омлет натуральный	210	16,75	19,21	24,54	358	ТК	62,85	94,26
	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
	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 :	585	22,3	22,1	82,39	640		90,21	130,67
Обед	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	1,31	3,25	6,46	60	45-2017	7,13	10,67
	Суп картофельный с мясными фрикадельками (250/25)	275	9,34	6,72	20,41	182	137-2004	33,97	50,95
	Фишболы в томатном соусе (100/20)	120	13,25	11,05	6,40	208	№ТК/13	39,45	59,17
	Картофель фри	200	2,11	9,00	36,11	247	№648-22	28,76	43,15
	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
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.3	8,20	10,66
Итого за рацион питания :	1 055	31,41	31,42	128,38	967		140,32	203,67	
Полдник	Расстегай с мясом	75	9,43	8,04	22,48	267	П/9	23,20	34,78
	Чай с молоком	200	1,60	1,10	8,70	51	54-4гн-2022	5,62	8,43
	Фрукты свежие (апельсин)	100	0,90	0,20	8,10	43	Пром.11	17,60	22,88
	Итого за рацион питания :	375	11,93	9,34	39,28	361		46,42	66,09
ВСЕГО :	2 015	65,64	62,86	250,05	1 968		276,95	400,43	

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи