

«УТВЕРЖДЕНО»
Руководитель АНО «Школьное питание»

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

Краснододов В. А.

/

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

Возраст: 7-11 лет

Категория: 1-4 классы

Дата: 17.12.2024 Циклическое меню: Неделя: 1 День: 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 | Салат из свеклы и зеленого горошка | 60 | 0,62 | 3,63 | 1,32 | 40 | ТК № 86 Н | 4,63 | 6,57 |
| | Гречка по-Кубански | 150 | 11,00 | 12,68 | 34,90 | 262 | ТК № 3/14 | 58,90 | 88,35 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0,20 | | 6,50 | 27 | 54-2гн-2022 | 1,19 | 1,79 |
| | 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 | 7,40 | 9,62 |
| | Итого за рацион питания : | 560 | 15,52 | 17,51 | 76,52 | 490 | | 77,01 | 112,19 |
| Обед | Овощи в нарезке (помидор свежий) | 60 | 0,70 | 0,10 | 2,30 | 13 | 54-3з-2022 | 10,41 | 13,53 |
| | Суп картофельный с мясными фрикадельками (200/25) | 225 | 7,64 | 5,50 | 16,70 | 149 | 137-2004 | 28,58 | 42,87 |
| | Котлета "Дружба" | 90 | 12,48 | 12,08 | 7,16 | 201 | ТК № 0/16 Н | 32,57 | 48,66 |
| | Картофель отварной с зеленью | 150 | 3,05 | 4,94 | 24,15 | 182 | 634-2022 | 18,52 | 27,78 |
| | Напиток "Ассорти"(плодово-ягодный) | 200 | 0,10 | 0,10 | 18,78 | 74 | ТК № 3/12 | 5,85 | 8,77 |
| | 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. | 4,30 | 5,59 |
| Итого за рацион питания : | 800 | 28,29 | 26,38 | 103,78 | 805 | | 106,04 | 154,17 | |
| Полдник | Булочка ванильная | 60 | 4,60 | 5,05 | 28,70 | 177 | ТК № П/7 | 4,60 | 6,90 |
| | Кофейный напиток с молоком | 200 | 3,16 | 2,68 | 15,95 | 101 | 379-2017 | 11,32 | 16,95 |
| | Фрукты свежие (апельсин) | 100 | 0,90 | 0,20 | 8,10 | 43 | Пром.11 | 16,00 | 20,80 |
| | Итого за рацион питания : | 360 | 8,66 | 7,93 | 52,75 | 321 | | 31,92 | 44,65 |
| ВСЕГО : | | 1 720 | 52,47 | 51,82 | 233,05 | 1 616 | | 214,97 | 311,01 |

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: 17.12.2024 Циклическое меню: Неделя: 1 День: 2

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 | Салат из свеклы и зеленого горошка | 100 | 1,09 | 6,05 | 2,20 | 67 | ТК № 86 Н | 7,73 | 10,93 |
| | Гречка по-Кубански | 200 | 14,67 | 16,90 | 46,53 | 349 | ТК № 3/14 | 78,53 | 117,79 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0,20 | | 6,50 | 27 | 54-2гн-2022 | 1,19 | 1,79 |
| | 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 | 7,40 | 9,62 |
| | Итого за рацион питания : | 650 | 19,66 | 24,15 | 89,83 | 604 | | 99,74 | 145,99 |
| Обед | Овощи в нарезке (помидор свежий) | 100 | 1,17 | 0,17 | 3,83 | 21 | 54-3з-2022 | 17,35 | 22,55 |
| | Суп картофельный с мясными фрикадельками (250/25) | 275 | 9,34 | 6,72 | 20,41 | 182 | 137-2004 | 30,63 | 45,94 |
| | Котлета "Дружба" | 100 | 13,86 | 13,42 | 7,95 | 224 | ТК № 0/16 Н | 36,20 | 54,07 |
| | Картофель отварной с зеленью | 180 | 3,66 | 5,93 | 28,98 | 218 | 634-2022 | 22,22 | 33,32 |
| | Напиток "Ассорти"(плодово-ягодный) | 200 | 0,10 | 0,10 | 18,78 | 74 | ТК № 3/12 | 5,85 | 8,77 |
| | 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. | 4,30 | 5,59 |
| Итого за рацион питания : | 930 | 32,45 | 30 | 114,64 | 905 | | 122,36 | 177,21 | |
| Полдник | Булочка ванильная | 70 | 5,37 | 5,89 | 33,48 | 207 | П/7 | 5,36 | 8,03 |
| | Кофейный напиток с молоком | 200 | 3,16 | 2,68 | 15,95 | 101 | 379-2017 | 11,32 | 16,95 |
| | Фрукты свежие (апельсин) | 100 | 0,90 | 0,20 | 8,10 | 43 | Пром.11 | 16,00 | 20,80 |
| | Итого за рацион питания : | 370 | 9,43 | 8,77 | 57,53 | 351 | | 32,68 | 45,78 |
| ВСЕГО : | | 1 950 | 61,54 | 62,92 | 261,2 | 1 860 | | 254,78 | 368,98 |

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: 17.12.2024 Циклическое меню: Неделя: 1 День: 2

КОМПЛЕКС № 2

** очищенный картофель

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм | | | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры | Цена продукта всего набора в рублях | Цена всего в рублях |
|----------------|---|------------------|-------------------------|--------------|---------------|-------------------------------|-------------|-------------------------------------|---------------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | | | |
| Завтрак | Салат из свеклы и зеленого горошка | 100 | 1,09 | 6,05 | 2,20 | 67 | ТК № 86 Н | 7,73 | 10,93 |
| | Говядина, запеченная с макаронами и сыром | 250 | 17,34 | 14,22 | 37,35 | 350 | №85 НОВ | 79,88 | 119,15 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0,20 | | 6,50 | 27 | 54-2гн-2022 | 1,19 | 1,79 |
| | 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 | 7,40 | 9,62 |
| | Итого за рацион питания : | 700 | 22,33 | 21,47 | 79,85 | 605 | | 101,09 | 147,35 |
| Обед | Овощи в нарезке (помидор свежий) | 100 | 1,17 | 0,17 | 3,83 | 21 | 54-3з-2022 | 17,35 | 22,55 |
| | Суп картофельный с мясными фрикадельками (250/25) | 275 | 9,34 | 6,72 | 20,41 | 182 | 137-2004 | 30,63 | 45,94 |
| | Рыба, тушеная с овощами (горбуша) | 100 | 10,22 | 13,44 | 9,35 | 226 | 461-22 | 54,35 | 81,50 |
| | Каша пшеничная вязкая | 200 | 5,44 | 5,13 | 28,62 | 195 | 349-22 | 6,44 | 9,65 |
| | Напиток "Ассорти"(плодово-ягодный) | 200 | 0,10 | 0,10 | 18,78 | 74 | ТК № 3/12 | 5,85 | 8,77 |
| | 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. | 4,30 | 5,59 |
| | Итого за рацион питания : | 950 | 30,59 | 29,22 | 115,68 | 884 | | 124,73 | 180,97 |
| Полдник | Булочка ванильная | 70 | 5,37 | 5,89 | 33,48 | 207 | П/7 | 5,36 | 8,03 |
| | Кофейный напиток с молоком | 200 | 3,16 | 2,68 | 15,95 | 101 | 379-2017 | 11,32 | 16,95 |
| | Фрукты свежие (апельсин) | 100 | 0,90 | 0,20 | 8,10 | 43 | Пром.11 | 16,00 | 20,80 |
| | Итого за рацион питания : | 370 | 9,43 | 8,77 | 57,53 | 351 | | 32,68 | 45,78 |
| ВСЕГО : | | 2 020 | 62,35 | 59,46 | 253,06 | 1 840 | | 258,50 | 374,10 |

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи