

«УТВЕРЖЕНО»
Руководитель АНО "Школьное питание"

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

Краснододов В. А.

/

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

Возраст: 7-12 лет

Категория: 1-4 классы

Дата: 18.03.2025 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 | 5,44 | 7,72 |
| | Гречка по-Кубански | 150 | 9,27 | 12,68 | 32,93 | 262 | ТК № 3/14 | 62,83 | 94,26 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0,20 | | 6,50 | 27 | 54-2гн-2022 | 1,25 | 1,87 |
| | 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 (апельсин) | 100 | 0,90 | 0,20 | 8,10 | 43 | Пром.11 | 17,60 | 22,88 |
| | Итого за рацион питания : | 560 | 14,29 | 17,31 | 72,85 | 486 | | 92,24 | 132,88 |
| Обед | Ассорти овощное вариант 1 | 60 | 0,50 | 0,09 | 1,50 | 8 | №ТК АС/1 | 6,46 | 8,99 |
| | Суп картофельный с мясными фрикадельками (200/25) | 225 | 7,64 | 5,50 | 16,70 | 149 | 137-2004 | 32,20 | 48,28 |
| | Котлета "Дружба" | 90 | 12,48 | 12,08 | 7,16 | 201 | ТК № 0/16 Н | 35,63 | 53,26 |
| | Картофель отварной с зеленью | 150 | 3,05 | 4,94 | 24,15 | 182 | 634-2022 | 21,48 | 32,22 |
| | 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 | 3,87 | 4,65 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1,20 | 0,20 | 9,00 | 42 | Пром.2 | 2,22 | 2,67 |
| | Кондитерские изделия (вафли) | 15 | 0,32 | 2,66 | 5,69 | 48 | Пром. | 4,43 | 5,76 |
| | Итого за рацион питания : | 800 | 28,09 | 26,37 | 102,98 | 800 | | 112,71 | 165,46 |
| Полдник | Булочка ванильная | 60 | 4,60 | 5,05 | 28,70 | 177 | ТК № П/7 | 4,88 | 7,32 |
| | Кофейный напиток с молоком | 200 | 3,16 | 2,68 | 15,95 | 101 | 379-2017 | 13,74 | 20,61 |
| | Фрукты свежие (апельсин) | 100 | 0,90 | 0,20 | 8,10 | 43 | Пром.11 | 17,60 | 22,88 |
| | Итого за рацион питания : | 360 | 8,66 | 7,93 | 52,75 | 321 | | 36,22 | 50,81 |
| ВСЕГО : | | 1 720 | 51,04 | 51,61 | 228,58 | 1 607 | | 241,17 | 349,15 |

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи



«УТВЕРЖДЕНА»
Руководитель АНО «Школьное питание»

Краснододов В. А.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

/

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

Возраст: 12 и старше

Категория: 5-11 классы

Дата: 18.03.2025 Цикличное 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 | 9,08 | 12,86 |
| | Гречка по-Кубански | 200 | 14,67 | 15,30 | 46,53 | 349 | ТК № 3/14 | 83,79 | 125,66 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0,20 | | 6,50 | 27 | 54-2гн-2022 | 1,25 | 1,87 |
| | 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 |
| | Итого за рацион питания : | 650 | 19,66 | 22,55 | 89,03 | 604 | | 107,44 | 157,20 |
| Обед | Ассорти овощное вариант 1 | 100 | 0,84 | 0,15 | 2,50 | 14 | №ТК АС/1 | 11,75 | 16,22 |
| | Суп картофельный с мясными фрикадельками (250/25) | 275 | 9,34 | 6,72 | 20,41 | 182 | 137-2004 | 34,87 | 52,32 |
| | Котлета "Дружба" | 100 | 12,86 | 13,42 | 10,95 | 224 | ТК № 0/16 | 39,60 | 59,16 |
| | Картофель отварной с зеленью | 180 | 3,66 | 5,93 | 28,98 | 218 | 634-2022 | 25,78 | 38,65 |
| | 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 | 3,87 | 4,65 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1,20 | 0,20 | 9,00 | 42 | Пром.2 | 2,22 | 2,67 |
| | Кондитерские изделия (вафли) | 15 | 0,32 | 2,66 | 5,69 | 48 | Пром. | 4,43 | 5,76 |
| | Итого за рацион питания : | 930 | 31,12 | 29,98 | 116,31 | 898 | | 128,94 | 189,06 |
| Полдник | Булочка ванильная | 70 | 5,37 | 7,89 | 31,48 | 207 | П/14 | 5,68 | 8,51 |
| | Кофейный напиток с молоком | 200 | 3,16 | 2,68 | 15,95 | 101 | 379-2017 | 13,74 | 20,61 |
| | Фрукты свежие (апельсин) | 100 | 0,90 | 0,20 | 8,10 | 43 | Пром.11 | 17,60 | 22,88 |
| | Итого за рацион питания : | 370 | 9,43 | 10,77 | 55,53 | 351 | | 37,02 | 52,00 |
| ВСЕГО : | | 1 950 | 60,21 | 63,3 | 260,87 | 1 853 | | 273,40 | 398,26 |

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи

«УТВЕРЖДЕНО»
Руководителем АНО «Школьное питание»

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

Краснодеев В. А.



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

Возраст: 12 лет

Категория: 5-11 классы

Дата: 18.03.2025 Цикличное меню: Неделя: 1 День: 2

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 | Салат из свеклы и зеленого горошка | 100 | 1,09 | 6,05 | 2,20 | 67 | ТК № 86 Н | 9,08 | 12,86 |
| | Говядина, запеченная с макаронами и сыром | 250 | 17,34 | 14,22 | 37,35 | 350 | №85 НО | 88,15 | 132,23 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0,20 | | 6,50 | 27 | 54-2гн-2022 | 1,25 | 1,87 |
| | 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 |
| | Итого за рацион питания : | 700 | 22,33 | 21,47 | 79,85 | 605 | | 111,80 | 163,77 |
| Обед | Ассорти овощное вариант 1 | 100 | 0,84 | 0,15 | 2,50 | 14 | №ТК АС/1 | 11,75 | 16,22 |
| | Суп картофельный с мясными фрикадельками (250/25) | 275 | 9,34 | 6,72 | 20,41 | 182 | 137-2004 | 34,87 | 52,32 |
| | Рыба, тушеная с овощами (горбуша) | 100 | 10,22 | 13,44 | 9,35 | 226 | 461-22 | 57,47 | 86,18 |
| | Каша пшеничная вязкая | 200 | 5,44 | 5,13 | 28,62 | 195 | 349-22 | 7,57 | 11,34 |
| | 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 | 3,87 | 4,65 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1,20 | 0,20 | 9,00 | 42 | Пром.2 | 2,22 | 2,67 |
| | Кондитерские изделия (вафли) | 15 | 0,32 | 2,66 | 5,69 | 48 | Пром. | 4,43 | 5,76 |
| | Итого за рацион питания : | 950 | 30,26 | 29,2 | 114,35 | 877 | | 128,60 | 188,77 |
| Полдник | Булочка ванильная | 70 | 5,37 | 7,89 | 31,48 | 207 | П/14 | 5,68 | 8,51 |
| | Кофейный напиток с молоком | 200 | 3,16 | 2,68 | 15,95 | 101 | 379-2017 | 13,74 | 20,61 |
| | Фрукты свежие (апельсин) | 100 | 0,90 | 0,20 | 8,10 | 43 | Пром.11 | 17,60 | 22,88 |
| | Итого за рацион питания : | 370 | 9,43 | 10,77 | 55,53 | 351 | | 37,02 | 52,00 |
| ВСЕГО : | | 2 020 | 62,02 | 61,44 | 249,73 | 1 833 | | 277,42 | 404,54 |

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи