

/Краснодедов В. А.

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

Возраст: 7-11 лет

Категория: 1-4 классы

Дата: 23.01.2025 Циклическое меню: Неделя: 1 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 | Кукуруза сахарная | 60 | 1,20 | 0,20 | 6,10 | 31 | 54-21з-2022 | 21,45 | 27,89 |
| | Омлет натуральный | 150 | 12,70 | 18,00 | 3,30 | 226 | 54-1о-2022 | 46,73 | 70,10 |
| | Сок натуральный | 200 | 1,00 | | 20,20 | 85 | Пром. | 17,00 | 22,10 |
| | 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 : | 560 | 18,6 | 19,4 | 63,4 | 503 | | 98,27 | 136,61 |
| Обед | Салат из белокочанной капусты с морковью | 60 | 0,78 | 1,94 | 3,87 | 36 | 45-2017 | 4,26 | 6,40 |
| | Суп гороховый | 200 | 4,24 | 4,02 | 15,92 | 117 | 54-8с-2022 | 7,13 | 10,69 |
| | Биточки (говядина) | 90 | 14,31 | 12,96 | 14,40 | 235 | 451-2004 | 54,98 | 82,03 |
| | Картофельное пюре | 150 | 3,20 | 5,20 | 19,80 | 139 | 54-11г-2022 | 22,11 | 33,16 |
| | Компот из кураги | 180 | 0,90 | 0,09 | 14,12 | 60 | 54-2хн-2022 | 7,66 | 11,48 |
| | 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 (ирис) | 25 | 0,85 | 1,95 | 23,30 | 120 | Пром. | 10,43 | 13,56 |
| | Итого за рацион питания : | 765 | 28,28 | 27,16 | 120,41 | 845 | | 112,38 | 164,29 |
| Полдник | Котлета куриная, запеченная в тесте | 75 | 7,24 | 7,81 | 24,88 | 205 | ТК П/5 | 19,24 | 28,71 |
| | Чай с молоком | 200 | 1,60 | 1,10 | 8,70 | 51 | 54-4гн-2022 | 6,06 | 9,09 |
| | Фрукты свежие (апельсин) | 100 | 0,90 | 0,20 | 8,10 | 43 | Пром.11 | 17,60 | 22,88 |
| | Итого за рацион питания : | 375 | 9,74 | 9,11 | 41,68 | 299 | | 42,90 | 60,68 |
| ВСЕГО : | | 1 700 | 56,62 | 55,67 | 225,49 | 1 647 | | 253,55 | 361,58 |

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи



«УТВЕРЖДЕНО»
 Руководитель АМОУ «Школьное питание»

Краснододов В. А.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

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

Возраст: 7 лет

Категория: 5-11 классы

Дата: 23.01.2025 Циклическое меню: Неделя: 1 День: 4

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 | Кукуруза сахарная | 100 | 2,00 | 0,33 | 10,17 | 52 | 54-21з-2022 | 35,74 | 46,46 |
| | Омлет с морковью | 200 | 14,80 | 20,00 | 9,80 | 268 | ТК №22 | 55,23 | 82,84 |
| | Сок натуральный | 200 | 1,00 | | 20,20 | 85 | Пром. | 17,00 | 22,10 |
| | 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 : | 650 | 21,5 | 21,53 | 73,97 | 566 | | 121,06 | 167,92 |
| Обед | Салат из белокочанной капусты с морковью | 100 | 1,31 | 3,25 | 6,46 | 60 | 45-2017 | 7,13 | 10,67 |
| | Суп гороховый | 250 | 5,30 | 5,02 | 19,90 | 146 | 54-8с-2022 | 8,87 | 13,29 |
| | Биточки (говядина) | 100 | 14,50 | 14,40 | 14,50 | 250 | Тк В/Б1 | 61,10 | 91,16 |
| | Картофельное пюре | 180 | 3,84 | 6,24 | 23,76 | 167 | 54-11г-2022 | 26,03 | 39,05 |
| | Компот из кураги | 200 | 1,00 | 0,10 | 15,69 | 67 | 54-2хн-2022 | 8,51 | 12,76 |
| | 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 (ирис) | 25 | 0,85 | 1,95 | 23,30 | 120 | Пром. | 10,43 | 13,56 |
| Итого за рацион питания : | 915 | 30,8 | 31,96 | 132,61 | 948 | | 127,88 | 187,46 | |
| Полдник | Котлета куриная, запеченная в тесте | 100 | 9,65 | 10,41 | 33,17 | 273 | ТК № П/5 | 25,65 | 38,25 |
| | Чай с молоком | 200 | 1,60 | 1,10 | 8,70 | 51 | 54-4гн-2022 | 6,06 | 9,09 |
| | Фрукты свежие (апельсин) | 100 | 0,90 | 0,20 | 8,10 | 43 | Пром.11 | 17,60 | 22,88 |
| | Итого за рацион питания : | 400 | 12,15 | 11,71 | 49,97 | 367 | | 49,31 | 70,22 |
| ВСЕГО : | 1 965 | 64,45 | 65,2 | 256,55 | 1 881 | | 298,25 | 425,60 | |

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи



«УПРАВЛЕНИЕ
Республики Крым, Школьное питание»

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

/Краснододов В. А.

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

Возраст: 12 и старше

Категория: 5-11 классы

Дата: 23.01.2025 Циклическое меню: Неделя: 1 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 | Кукуруза сахарная | 100 | 2,00 | 0,33 | 10,17 | 52 | 54-21з-2022 | 35,74 | 46,46 |
| | Омлет с овощами | 200 | 15,24 | 18,14 | 9,63 | 263 | №ТКГ1 | 54,18 | 80,74 |
| | Сок натуральный | 200 | 1,00 | | 20,20 | 85 | Пром. | 17,00 | 22,10 |
| | 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 : | 650 | 21,94 | 19,67 | 73,8 | 561 | | 120,01 | 165,82 |
| Обед | Салат из белокочанной капусты с морковью | 100 | 1,31 | 3,25 | 6,46 | 60 | 45-2017 | 7,13 | 10,67 |
| | Суп гороховый | 250 | 5,30 | 5,02 | 19,90 | 146 | 54-8с-2022 | 8,87 | 13,29 |
| | Говядина в кисло-сладком соусе | 120 | 13,60 | 14,30 | 9,86 | 195 | №ТК 12 | 60,07 | 90,10 |
| | Рис припущенный | 200 | 4,67 | 6,40 | 29,75 | 224 | №ТК 13 | 19,18 | 28,77 |
| | Компот из кураги | 200 | 1,00 | 0,10 | 15,69 | 67 | 54-2хн-2022 | 8,51 | 12,76 |
| | 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 (ирис) | 25 | 0,85 | 1,95 | 23,30 | 120 | Пром. | 10,43 | 13,56 |
| Итого за рацион питания : | 955 | 30,73 | 32,02 | 133,96 | 950 | | 120,00 | 176,12 | |
| Полдник | Котлета куриная, запеченная в тесте | 100 | 9,65 | 10,41 | 33,17 | 273 | ТК № П/5 | 25,65 | 38,25 |
| | Чай с молоком | 200 | 1,60 | 1,10 | 8,70 | 51 | 54-4гн-2022 | 6,06 | 9,09 |
| | Фрукты свежие (апельсин) | 100 | 0,90 | 0,20 | 8,10 | 43 | Пром.11 | 17,60 | 22,88 |
| | Итого за рацион питания : | 400 | 12,15 | 11,71 | 49,97 | 367 | | 49,31 | 70,22 |
| ВСЕГО : | 2 005 | 64,82 | 63,4 | 257,73 | 1 878 | | 289,32 | 412,16 | |

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи