

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"

Краснодедов В. А.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

/

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

Возраст: 7-11 лет

Категория: 1-4 классы

Дата: 22.05.2025 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                            | 54-213-2022 | 21,41                             | 27,83               |
|                | Омлет натуральный                        | 150              | 12,70                   | 18,00        | 3,30          | 226                           | 54-10-2022  | 43,24                             | 64,86               |
|                | Сок 0,2 в ассортименте шт. (пром.уп.)    | 200              | 1,32                    | 0,18         | 24,02         | 103                           | Пром.       | 20,00                             | 26,00               |
|                | 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 (мандарин)                 | 100              | 0,80                    | 0,20         | 7,50          | 38                            | Пром.4      | 17,00                             | 22,10               |
|                | <b>Итого за рацион питания :</b>         | <b>560</b>       | <b>19,32</b>            | <b>19,38</b> | <b>64,92</b>  | <b>512</b>                    |             | <b>106,77</b>                     | <b>146,94</b>       |
| 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  | 7,45                              | 11,17               |
|                | Биточки (говядина)                       | 90               | 14,31                   | 12,96        | 14,40         | 235                           | 451-2004    | 55,10                             | 82,18               |
|                | Картофельное пюре                        | 150              | 3,20                    | 5,20         | 19,80         | 139                           | 11г-2022    | 22,07                             | 33,12               |
|                | 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     | 3,87                              | 4,65                |
|                | Хлеб ржаной                              | 20               | 1,20                    | 0,20         | 9,00          | 42                            | Пром.2      | 2,22                              | 2,67                |
|                | Кондитерские изделия (ирис)              | 25               | 0,85                    | 1,95         | 23,30         | 120                           | Пром.       | 10,43                             | 13,56               |
|                | <b>Итого за рацион питания :</b>         | <b>765</b>       | <b>28,28</b>            | <b>27,16</b> | <b>120,41</b> | <b>845</b>                    |             | <b>113,06</b>                     | <b>165,23</b>       |
| Полдник        | Котлета куриная, запеченная в тесте      | 75               | 7,24                    | 7,81         | 24,88         | 205                           | ТК П/5      | 19,15                             | 28,56               |
|                | Чай с молоком                            | 200              | 1,60                    | 1,10         | 8,70          | 51                            | 54-4гн-2022 | 6,15                              | 9,22                |
|                | Фрукты свежие (апельсин)                 | 100              | 0,90                    | 0,20         | 8,10          | 43                            | Пром.11     | 17,60                             | 22,88               |
|                | <b>Итого за рацион питания :</b>         | <b>375</b>       | <b>9,74</b>             | <b>9,11</b>  | <b>41,68</b>  | <b>299</b>                    |             | <b>42,90</b>                      | <b>60,66</b>        |
| <b>ВСЕГО :</b> |                                          | <b>1 700</b>     | <b>57,34</b>            | <b>55,65</b> | <b>227,01</b> | <b>1 656</b>                  |             | <b>262,73</b>                     | <b>372,83</b>       |

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: 22.05.2025 Цикличное 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 | 35,66                             | 46,36               |
|                | Омлет с морковью                         | 200              | 14,80                   | 20,00        | 9,80         | 268                           | ТК №22      | 51,32                             | 76,99               |
|                | 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      | 2,90                              | 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               |
|                | <b>Итого за рацион питания :</b>         | <b>650</b>       | <b>21,5</b>             | <b>21,53</b> | <b>73,97</b> | <b>566</b>                    |             | <b>117,30</b>                     | <b>162,26</b>       |
| Обед           | Салат из белокочанной капусты с морковью | 100              | 1,31                    | 3,25         | 6,46         | 60                            | 45-2017     | 7,13                              | 10,67               |
|                | Биточки (говядина)                       | 100              | 14,50                   | 14,40        | 14,50        | 250                           | Тк В/Б1     | 61,22                             | 91,33               |
|                | Картофельное пюре                        | 180              | 3,84                    | 6,24         | 23,76        | 167                           | 11г-2022    | 25,99                             | 38,98               |
|                | 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     | 3,87                              | 4,65                |
|                | Хлеб ржаной                              | 20               | 1,20                    | 0,20         | 9,00         | 42                            | Пром.2      | 2,22                              | 2,67                |
|                | Кондитерские изделия (пряники)           | 25               | 0,55                    | 0,41         | 6,82         | 130                           | Пром.       | 9,52                              | 12,38               |
|                | <b>Итого за рацион питания :</b>         | <b>665</b>       | <b>25,2</b>             | <b>25,4</b>  | <b>96,23</b> | <b>812</b>                    |             | <b>118,46</b>                     | <b>173,44</b>       |
| <b>ВСЕГО :</b> |                                          | <b>1 315</b>     | <b>46,7</b>             | <b>46,93</b> | <b>170,2</b> | <b>1 378</b>                  |             | <b>235,76</b>                     | <b>335,70</b>       |

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: 22.05.2025 Цикличное 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 | 35,66                             | 46,36               |
|                | Омлет с овощами                          | 200              | 15,24                   | 18,14        | 9,63          | 263                           | №Тк/Г1      | 49,32                             | 73,46               |
|                | 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      | 2,90                              | 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               |
|                | <b>Итого за рацион питания :</b>         | <b>650</b>       | <b>21,94</b>            | <b>19,67</b> | <b>73,8</b>   | <b>561</b>                    |             | <b>115,30</b>                     | <b>158,73</b>       |
| Обед           | Салат из белокочанной капусты с морковью | 100              | 1,31                    | 3,25         | 6,46          | 60                            | 45-2017     | 7,13                              | 10,67               |
|                | 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      | 19,08                             | 28,62               |
|                | 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     | 3,87                              | 4,65                |
|                | Хлеб ржаной                              | 20               | 1,20                    | 0,20         | 9,00          | 42                            | Пром.2      | 2,22                              | 2,67                |
|                | Кондитерские изделия (пряники)           | 25               | 0,55                    | 0,41         | 6,82          | 130                           | Пром.       | 9,52                              | 12,38               |
|                | <b>Итого за рацион питания :</b>         | <b>705</b>       | <b>25,13</b>            | <b>25,46</b> | <b>97,58</b>  | <b>814</b>                    |             | <b>110,40</b>                     | <b>161,85</b>       |
| <b>ВСЕГО :</b> |                                          | <b>1 355</b>     | <b>47,07</b>            | <b>45,13</b> | <b>171,38</b> | <b>1 375</b>                  |             | <b>225,70</b>                     | <b>320,58</b>       |

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи

«УТВЕРЖДЕНО»

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: 22.05.2025 Цикличное 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 | 35,66                             | 46,36               |
|                | Омлет с морковью                         | 200              | 14,80                   | 20,00        | 9,80          | 268                           | ТК №22      | 51,32                             | 76,99               |
|                | 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      | 2,90                              | 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               |
|                | <b>Итого за рацион питания :</b>         | <b>650</b>       | <b>21,5</b>             | <b>21,53</b> | <b>73,97</b>  | <b>566</b>                    |             | <b>117,30</b>                     | <b>162,26</b>       |
| 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  | 9,27                              | 13,89               |
|                | Биточки (говядина)                       | 100              | 14,50                   | 14,40        | 14,50         | 250                           | Тк В/Б1     | 61,22                             | 91,33               |
|                | Картофельное пюре                        | 180              | 3,84                    | 6,24         | 23,76         | 167                           | 11г-2022    | 25,99                             | 38,98               |
|                | 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     | 3,87                              | 4,65                |
|                | Хлеб ржаной                              | 20               | 1,20                    | 0,20         | 9,00          | 42                            | Пром.2      | 2,22                              | 2,67                |
|                | Кондитерские изделия (пряники)           | 25               | 0,55                    | 0,41         | 6,82          | 130                           | Пром.       | 9,52                              | 12,38               |
|                | <b>Итого за рацион питания :</b>         | <b>915</b>       | <b>30,5</b>             | <b>30,42</b> | <b>116,13</b> | <b>958</b>                    |             | <b>127,73</b>                     | <b>187,33</b>       |
| Полдник        | Котлета куриная, запеченная в тесте      | 100              | 9,65                    | 10,41        | 33,17         | 273                           | ТК № П/5    | 25,52                             | 38,05               |
|                | Чай с молоком                            | 200              | 1,60                    | 1,10         | 8,70          | 51                            | 54-4гн-2022 | 6,15                              | 9,22                |
|                | Фрукты свежие (апельсин)                 | 100              | 0,90                    | 0,20         | 8,10          | 43                            | Пром.11     | 17,60                             | 22,88               |
|                | <b>Итого за рацион питания :</b>         | <b>400</b>       | <b>12,15</b>            | <b>11,71</b> | <b>49,97</b>  | <b>367</b>                    |             | <b>49,27</b>                      | <b>70,15</b>        |
| <b>ВСЕГО :</b> |                                          | <b>1 965</b>     | <b>64,15</b>            | <b>63,66</b> | <b>240,07</b> | <b>1 891</b>                  |             | <b>294,30</b>                     | <b>419,74</b>       |

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: 22.05.2025 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 | 35,66                             | 46,36               |
|                | Омлет с овощами                          | 200              | 15,24                   | 18,14        | 9,63          | 263                           | №Тк/Г1      | 49,32                             | 73,46               |
|                | 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      | 2,90                              | 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               |
|                | <b>Итого за рацион питания :</b>         | <b>650</b>       | <b>21,94</b>            | <b>19,67</b> | <b>73,8</b>   | <b>561</b>                    |             | <b>115,30</b>                     | <b>158,73</b>       |
| 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  | 9,27                              | 13,89               |
|                | 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      | 19,08                             | 28,62               |
|                | 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     | 3,87                              | 4,65                |
|                | Хлеб ржаной                              | 20               | 1,20                    | 0,20         | 9,00          | 42                            | Пром.2      | 2,22                              | 2,67                |
|                | Кондитерские изделия (пряники)           | 25               | 0,55                    | 0,41         | 6,82          | 130                           | Пром.       | 9,52                              | 12,38               |
|                | <b>Итого за рацион питания :</b>         | <b>955</b>       | <b>30,43</b>            | <b>30,48</b> | <b>117,48</b> | <b>960</b>                    |             | <b>119,67</b>                     | <b>175,74</b>       |
| Полдник        | Котлета куриная, запеченная в тесте      | 100              | 9,65                    | 10,41        | 33,17         | 273                           | ТК № П/5    | 25,52                             | 38,05               |
|                | Чай с молоком                            | 200              | 1,60                    | 1,10         | 8,70          | 51                            | 54-4гн-2022 | 6,15                              | 9,22                |
|                | Фрукты свежие (апельсин)                 | 100              | 0,90                    | 0,20         | 8,10          | 43                            | Пром.11     | 17,60                             | 22,88               |
|                | <b>Итого за рацион питания :</b>         | <b>400</b>       | <b>12,15</b>            | <b>11,71</b> | <b>49,97</b>  | <b>367</b>                    |             | <b>49,27</b>                      | <b>70,15</b>        |
| <b>ВСЕГО :</b> |                                          | <b>2 005</b>     | <b>64,52</b>            | <b>61,86</b> | <b>241,25</b> | <b>1 888</b>                  |             | <b>284,24</b>                     | <b>404,62</b>       |

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи