

«УТВЕРЖДЕНО»

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель АНО «Школьное питание»

Руководитель общеобразовательной организации

/Краснодеедов В. А.

/



Ежедневное меню основного (организованного) питания **

Возраст: 7-11 лет

Категория: 4 классы

Дата: 31.03.2023 Циклическое меню: Неделя: 2 День: 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 | Яйцо вареное | 40 | 4,80 | 4,00 | 0,30 | 56 | 54-60-2022 | 10,00 | 15,00 |
| | Каша вязкая молочная из риса | 150 | 4,29 | 7,75 | 30,66 | 210 | 174-2017 | 16,62 | 24,93 |
| | Кофейный напиток с молоком | 200 | 3,16 | 2,68 | 15,95 | 101 | 379-2017 | 13,92 | 20,88 |
| | 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 : | 540 | 16,45 | 15,43 | 79,01 | 524 | | 63,26 | 89,84 |
| Обед | Салат из отварных овощей с зеленым горошком | 80 | 0,98 | 4,86 | 3,57 | 62 | ТК № 84 Н | 7,45 | 10,55 |
| | Суп картофельный с клецками | 200 | 1,80 | 2,62 | 11,00 | 75 | 54-60-2022 | 6,19 | 9,30 |
| | Шницель из курицы | 90 | 17,28 | 3,84 | 12,12 | 152 | 54-24м-2022 | 34,63 | 51,62 |
| | Ризотто с овощами | 150 | 3,91 | 7,98 | 32,85 | 211 | ТК № О/10 | 20,12 | 27,39 |
| | 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 : | 795 | 28,39 | 23,06 | 113,01 | 760 | | 85,33 | 121,57 |
| Полдник | Булочка ванильная | 60 | 4,60 | 5,05 | 28,70 | 177 | ТК № П/7 | 4,88 | 7,32 |
| | Кефир | 180 | 5,22 | 4,50 | 7,20 | 90 | Пром.10 | 20,13 | 26,17 |
| | Фрукты свежие (яблоко) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47 | Пром.3 | 8,20 | 10,66 |
| | Итого за рацион питания : | 340 | 10,22 | 9,95 | 45,7 | 314 | | 33,21 | 44,15 |
| ВСЕГО : | | 1 675 | 55,06 | 48,44 | 237,72 | 1 598 | | 181,80 | 255,56 |

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО



Циклическое питание

«Школа» Краснодар В. А.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

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

Возраст: 12 и старше

Категория: 5-11 классы

Дата: 31.03.2025 Циклическое меню: Неделя: 2 День: 1

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 | Яйцо вареное | 40 | 4,80 | 4,00 | 0,30 | 56 | 54-60-2022 | 10,00 | 15,00 |
| | Каша вязкая молочная из риса | 200 | 6,90 | 12,00 | 40,90 | 280 | № ТК К/21 | 22,15 | 33,22 |
| | Кофейный напиток с молоком | 200 | 3,16 | 2,68 | 15,95 | 101 | 379-2017 | 13,92 | 20,88 |
| | 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 : | 590 | 18,56 | 19,88 | 90,95 | 598 | | 59,39 | 85,91 |
| Обед | Салат из отварных овощей с зеленым горошком | 100 | 1,23 | 6,08 | 4,47 | 77 | ТК № 84 Н | 9,31 | 13,19 |
| | Суп картофельный с клецками | 250 | 2,25 | 3,27 | 13,75 | 93 | 54-60-2022 | 7,75 | 11,62 |
| | Шницель из курицы | 100 | 19,20 | 4,26 | 13,46 | 169 | 54-24м-2022 | 38,47 | 57,34 |
| | Ризотто с овощами | 180 | 4,10 | 11,00 | 39,42 | 254 | № О/19 | 24,15 | 32,85 |
| | 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 : | 905 | 31,2 | 28,37 | 124,57 | 853 | | 96,62 | 137,71 |
| Полдник | Булочка ванильная | 70 | 5,37 | 5,89 | 33,48 | 207 | П/7 | 5,68 | 8,51 |
| | Кефир | 200 | 5,80 | 5,00 | 8,00 | 100 | Пром.10 | 22,36 | 29,07 |
| | Фрукты свежие (яблоко) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47 | Пром.3 | 8,20 | 10,66 |
| | Итого за рацион питания : | 370 | 11,57 | 11,29 | 51,28 | 354 | | 36,24 | 48,24 |
| ВСЕГО : | | 1 865 | 61,33 | 59,54 | 266,8 | 1 805 | | 192,25 | 271,86 |

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО



Краснододов В. А.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

Ежедневное меню

основного (организованного) питания **

Возраст: 12 и старше

Категория: 5-11 классы

Дата: 31.03.2025 Цикличное меню: Неделя: 2 День: 1

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 | Яйцо вареное | 40 | 4,80 | 4,00 | 0,30 | 56 | 54-60-2022 | 10,00 | 15,00 |
| | Запеканка со свежими плодами с джемом | 220 | 7,29 | 10,98 | 46,00 | 297 | №395 | 22,48 | 33,17 |
| | Кофейный напиток с молоком | 200 | 3,16 | 2,68 | 15,95 | 101 | 379-2017 | 13,92 | 20,88 |
| | 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 : | 610 | 18,95 | 18,86 | 96,05 | 615 | | 59,72 | 85,86 |
| Обед | Салат из отварных овощей с зеленым горошком | 100 | 1,23 | 6,08 | 4,47 | 77 | ТК № 84 Н | 9,31 | 13,19 |
| | Суп картофельный с клецками | 250 | 2,25 | 3,27 | 13,75 | 93 | 54-60-2022 | 7,75 | 11,62 |
| | Куры запеченные | 100 | 18,57 | 10,29 | 12,50 | 215 | №568-22 | 49,09 | 73,64 |
| | Рагу из овощей | 180 | 2,74 | 8,04 | 32,54 | 185 | №334-22 | 14,74 | 21,34 |
| | 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 : | 905 | 29,21 | 31,44 | 116,73 | 830 | | 97,83 | 142,50 |
| Полдник | Булочка ванильная | 70 | 5,37 | 5,89 | 33,48 | 207 | П/7 | 5,68 | 8,51 |
| | Кефир | 200 | 5,80 | 5,00 | 8,00 | 100 | Пром.10 | 22,36 | 29,07 |
| | Фрукты свежие (яблоко) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47 | Пром.3 | 8,20 | 10,66 |
| | Итого за рацион питания : | 370 | 11,57 | 11,29 | 51,28 | 354 | | 36,24 | 48,24 |
| ВСЕГО : | | 1 885 | 59,73 | 61,59 | 264,06 | 1 799 | | 193,79 | 276,60 |

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи