

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"

/Краснодеев В. А.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

/

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

Возраст: 12 и старше

Категория: 5-11 классы

Дата: 19.11.2024 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 зеленый с огурцами           | 100              | 1,03                    | 6,03         | 2,14         | 68                            | 18-2017       | 19,24                             | 25,17               |
|                | 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                |
|                | <b>Итого за рацион питания :</b>   | <b>650</b>       | <b>19,6</b>             | <b>24,13</b> | <b>88,97</b> | <b>605</b>                    |               | <b>111,25</b>                     | <b>160,23</b>       |
| Обед           | Овощи в нарезке (помидор свежий)   | 100              | 1,17                    | 0,17         | 3,83         | 21                            | 54-3з-2022    | 17,35                             | 22,55               |
|                | 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      | 21,13                             | 31,69               |
|                | 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                |
|                | <b>Итого за рацион питания :</b>   | <b>655</b>       | <b>23,11</b>            | <b>23,28</b> | <b>94,23</b> | <b>723</b>                    |               | <b>90,64</b>                      | <b>129,64</b>       |
| <b>ВСЕГО :</b> | <b>1 305</b>                       | <b>42,71</b>     | <b>47,41</b>            | <b>183,2</b> | <b>1 328</b> |                               | <b>201,89</b> | <b>289,87</b>                     |                     |

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"

/Краснодеедов В. А.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

/

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

Возраст: 12 и старше

Категория: 5-11 классы

Дата: 19.11.2024 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 продуктового набора в рублях | Цена всего в рублях |
|----------------|---|------------------|-------------------------|---------------|--------------|-------------------------------|---------------|-----------------------------------|---------------------|
|                |   |                  | Белки                   | Жиры          | Углеводы     |                               |               |                                   |                     |
| Завтрак        | Салат зеленый с огурцами                  | 100              | 1,03                    | 6,03          | 2,14         | 68                            | 18-2017       | 19,24                             | 25,17               |
|                | 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                |
|                | <b>Итого за рацион питания :</b>          | <b>700</b>       | <b>22,27</b>            | <b>21,45</b>  | <b>79,79</b> | <b>606</b>                    |               | <b>112,60</b>                     | <b>161,59</b>       |
| Обед           | Овощи в нарезке (помидор свежий)          | 100              | 1,17                    | 0,17          | 3,83         | 21                            | 54-3з-2022    | 17,35                             | 22,55               |
|                | Рыба, тушеная с овощами (горбуша)         | 100              | 10,22                   | 13,44         | 9,35         | 226                           | 461-22        | 52,32                             | 78,46               |
|                | 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                |
|                | <b>Итого за рацион питания :</b>          | <b>675</b>       | <b>21,25</b>            | <b>22,5</b>   | <b>95,27</b> | <b>702</b>                    |               | <b>92,07</b>                      | <b>131,99</b>       |
| <b>ВСЕГО :</b> | <b>1 375</b>                              | <b>43,52</b>     | <b>43,95</b>            | <b>175,06</b> | <b>1 308</b> |                               | <b>204,67</b> | <b>293,58</b>                     |                     |

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи