

«УТВЕРЖДЕНО»  
Руководитель АНО «Школьное питание»



Шевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

*Удальцова*

ДИРЕКТОР

И.О. ЧЕКМЕС

Ежедневное меню  
основного (организованного) питания \*\*

Возраст: 7-11 лет  
Категория: 5-11 кл.

Дата: 01.10.2024 Циклическое меню: Неделя: 1 День: 2

\*\* очищенный картофель

КОМПЛЕКС № 1

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 белокочанной капусты с морковью	100	1,31	3,25	6,46	60	45-2017	6,27	9,40
	Котлета "Московская"	100	10,98	11,03	12,53	241	537-22	55,63	82,96
	Макароны отварные с томатом	180	6,00	8,39	34,04	236	403-22	19,30	28,95
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,30		6,70	28	54-3гн-2022	2,32	3,48
	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
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>630</b>	<b>21,89</b>	<b>23,47</b>	<b>83,73</b>	<b>679</b>		<b>88,41</b>	<b>130,65</b>
Обед	Салат из свежих помидоров	100	1,10	6,12	4,57	78	23-2017	11,41	15,21
	Рыба, запеченная с сыром	100	18,70	10,94		196	453-22	59,08	88,61
	Рис припущенный	180	4,20	5,76	42,00	236	54-7г-2022	14,98	22,46
	Сок натуральный	200	1,00		20,20	85	Пром.	16,00	20,80
	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>29,32</b>	<b>26,48</b>	<b>101,46</b>	<b>781</b>		<b>111,58</b>	<b>159,64</b>
<b>ВСЕГО :</b>	<b>1 285</b>	<b>51,21</b>	<b>49,95</b>	<b>185,19</b>	<b>1 460</b>		<b>199,99</b>	<b>290,29</b>	

Заведующий производством

должность

*Удальцова*  
подпись

*Чекмес*  
расшифровка подписи

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"



Шевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации



И.О. ЧЕРЕМЕС

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

Возраст: 12 и старше

Категория: 5-11 кл.

Дата: 01.10.2024 Циклическое меню: Неделя: 1 День: 2

\*\* очищенный картофель

**КОМПЛЕКС № 2**

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 белокочанной капусты с морковью	100	1,31	3,25	6,46	60	45-2017	6,27	9,40
	Биточки (говядина)	100	15,90	14,40	16,00	261	451-2004	57,45	85,70
	Макароны, запеченные с сыром	180	1,83	3,78	33,38	183	399-22	18,05	27,05
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,30		6,70	28	54-3гн-2022	2,32	3,48
	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
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>630</b>	<b>22,64</b>	<b>22,23</b>	<b>86,54</b>	<b>646</b>		<b>88,98</b>	<b>131,49</b>
Обед	Салат из свежих помидоров	100	1,10	6,12	4,57	78	23-2017	11,41	15,21
	Рыба запеченная "Фиш-ка"	100	17,40	6,06	5,40	140	ТК № 0/6	55,28	82,92
	Ризотто с овощами	180	4,69	9,58	39,42	254	ТК № 0/10	21,66	29,47
	Сок натуральный	200	1,00		20,20	85	Пром.	16,00	20,80
	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>28,51</b>	<b>25,42</b>	<b>104,28</b>	<b>743</b>		<b>114,46</b>	<b>160,96</b>	
<b>ВСЕГО :</b>	<b>1 285</b>	<b>51,15</b>	<b>47,65</b>	<b>190,82</b>	<b>1 389</b>		<b>203,44</b>	<b>292,45</b>	

Заведующий производством

Должность

*Шевченко*  
подпись

*Черемес*  
расшифровка подписи

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"



«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации



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

Возраст: 12 и старше

Категория: *ОВЗ, дети-инвалиды, дети из многодетных семей, дети участников СВО, дети погибших*

Дата: 01.10.2024 Цикличное меню: Неделя: 1 День: 2

\*\* очищенный картофель

**КОМПЛЕКС № 1**

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 белокочанной капусты с морковью	100	1,31	3,25	6,46	60	45-2017	6,27	9,40
	Котлета "Московская"	100	10,98	11,03	12,53	241	537-22	55,63	82,96
	Макароны отварные с томатом	180	6,00	8,39	34,04	236	403-22	19,30	28,95
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,30		6,70	28	54-3гн-2022	2,32	3,48
	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
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>630</b>	<b>21,89</b>	<b>23,47</b>	<b>83,73</b>	<b>679</b>		<b>88,41</b>	<b>130,65</b>
Обед	Салат из свежих помидоров	100	1,10	6,12	4,57	78	23-2017	11,41	15,21
	Борщ с капустой и картофелем	250	2,00	5,20	13,10	106	№110-2004	10,75	16,12
	Рыба, запеченная с сыром	100	18,70	10,94		196	453-22	59,08	88,61
	Рис припущенный	180	4,20	5,76	42,00	236	54-7г-2022	14,98	22,46
	Сок натуральный	200	1,00		20,20	85	Пром.	16,00	20,80
	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>905</b>	<b>31,32</b>	<b>31,68</b>	<b>114,56</b>	<b>887</b>		<b>122,33</b>	<b>175,76</b>	
Полдник	Булочка ванильная	100	7,89	8,12	31,81	243	ТК № П/7	7,45	11,17
	Кофейный напиток с молоком	200	3,16	2,68	15,95	101	379-2017	11,32	16,95
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.3	7,40	9,62
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>400</b>	<b>11,45</b>	<b>11,2</b>	<b>57,56</b>	<b>391</b>		<b>26,17</b>	<b>37,74</b>
<b>ВСЕГО :</b>	<b>1 935</b>	<b>64,66</b>	<b>66,35</b>	<b>255,85</b>	<b>1 957</b>		<b>236,91</b>	<b>344,15</b>	

Заведующий производством

Должность

*Сидорова*  
Подпись

*Сидорова*  
расшифровка подписи

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО «Школьное питание»  
Шевяченко М. С.



«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

Удмуртская Республика  
И. О. ДИРЕКТОР



И. О. ЧЕКЕМЕС

Ежедневное меню  
основного (организованного) питания \*\*

Возраст: 12 и старше

Категория: ОВЗ, дети-инвалиды, дети из многодетных семей, дети участников СВО, дети погибших

Дата: 01.10.2024 Циклическое меню: Неделя: 1 День: 2

\*\* очищенный картофель

**КОМПЛЕКС № 2**

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 белокочанной капусты с морковью	100	1,31	3,25	6,46	60	45-2017	6,27	9,40
	Биточки (говядина)	100	15,90	14,40	16,00	261	451-2004	57,45	85,70
	Макароны, запеченные с сыром	180	1,83	3,78	33,38	183	399-22	18,05	27,05
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,30		6,70	28	54-3гн-2022	2,32	3,48
	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
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>630</b>	<b>22,64</b>	<b>22,23</b>	<b>86,54</b>	<b>646</b>		<b>88,98</b>	<b>131,49</b>
Обед	Салат из свежих помидоров	100	1,10	6,12	4,57	78	23-2017	11,41	15,21
	Борщ с капустой и картофелем	250	2,00	5,20	13,10	106	№110-2004	10,75	16,12
	Рыба запеченная "Фиш-ка"	100	17,40	6,06	5,40	140	ТК № О/6	55,28	82,92
	Ризотто с овощами	180	4,69	9,58	39,42	254	ТК № О/10	21,66	29,47
	Сок натуральный	200	1,00		20,20	85	Пром.	16,00	20,80
	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>905</b>	<b>30,51</b>	<b>30,62</b>	<b>117,38</b>	<b>849</b>		<b>125,21</b>	<b>177,08</b>
Полдник	Булочка ванильная	100	7,89	8,12	31,81	243	ТК № П/7	7,45	11,17
	Кофейный напиток с молоком	200	3,16	2,68	15,95	101	379-2017	11,32	16,95
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.3	7,40	9,62
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>400</b>	<b>11,45</b>	<b>11,2</b>	<b>57,56</b>	<b>391</b>		<b>26,17</b>	<b>37,74</b>
<b>ВСЕГО :</b>		<b>1 935</b>	<b>64,6</b>	<b>64,05</b>	<b>261,48</b>	<b>1 886</b>		<b>240,36</b>	<b>346,31</b>

Заведующий производством  
должность

*Шевяченко*  
подпись

*Чекемес*  
расшифровка подписи