

«УТВЕРЖДЕНО»
Руководитель АНО "Школьное питание"

Шевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»
Руководитель общеобразовательной организации

ДИРЕКТОР

Шевченко М. С.

МАОУ
СОШ №75

ЧЕКЕМЕС

«Школьное питание»

ИНН 2312318985
ОГРН 502328029829

Ежедневное меню

основного (организованного) питания **

Возраст: 12 лет

Категория: 5-11 кл.

Дата: 04.10.2024 Циклическое меню: Неделя: 1 День: 5

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 | Овощи в нарезке (огурец свежий) | 100 | 0,83 | 0,17 | 2,50 | 14 | 54-2з-2022 | 11,73 | 15,25 |
| | Биточек "Эврика" | 100 | 9,40 | 13,40 | 17,50 | 222 | ТК № 3/10 Н | 42,69 | 64,03 |
| | Картофель отварной с зеленью | 180 | 3,66 | 9,65 | 28,98 | 218 | 634-2022 | 21,13 | 31,69 |
| | Сок натуральный | 200 | 1,00 | | 20,20 | 85 | Пром. | 16,00 | 20,80 |
| | 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 |
| | Итого за рацион питания : | 630 | 18,19 | 24,02 | 93,18 | 653 | | 96,44 | 137,63 |
| Обед | Закуска из моркови | 100 | 0,90 | 8,20 | 4,80 | 96 | Пром. | 14,70 | 19,11 |
| | Драчена | 200 | 15,00 | 14,50 | 41,42 | 350 | 411-2022 | 55,87 | 83,81 |
| | Компот из клубники | 200 | 0,30 | 0,10 | 1,03 | 43 | бхн-22 | 11,24 | 16,87 |
| | Хлеб пшеничный | 50 | 3,50 | 1,00 | 25,00 | 120 | Пром.7 | 4,61 | 5,53 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 1,80 | 0,30 | 13,50 | 63 | Пром.6 | 3,18 | 3,82 |
| | Фрукты свежие (яблоко) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47 | Пром.3 | 7,40 | 9,62 |
| | Итого за рацион питания : | 680 | 21,9 | 24,5 | 95,55 | 719 | | 97,00 | 138,76 |
| ВСЕГО : | 1 310 | 40,09 | 48,52 | 188,73 | 1 372 | | 193,44 | 276,39 | |

Заведующий производством

должность

Шевченко М. С.
подпись

Шевченко М. С.
расшифровка подписи

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель филиала "Школьное питание"

/Шевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

ДИРЕКТОР

И. О. ЧЕКВМЕС

Ежедневное меню
основного (организованного) питания **

Возраст: 12 и старше

Категория: Б-1Б-КД

Дата: 04.10.2024 Циклическое меню: Неделя: 1 День: 5

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 | Овощи в нарезке (огурец свежий) | 100 | 0,83 | 0,17 | 2,50 | 14 | 54-2з-2022 | 11,73 | 15,25 |
| | Котлета "Дружба" | 120 | 9,32 | 14,20 | 15,16 | 237 | ТК 0/16 | 43,43 | 64,87 |
| | Картофель отварной, запеченный с сыром | 180 | 5,39 | 7,73 | 26,96 | 199 | 635-2022 | 20,68 | 31,02 |
| | Сок натуральный | 200 | 1,00 | | 20,20 | 85 | Пром. | 16,00 | 20,80 |
| | 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 |
| | Итого за рацион питания : | 650 | 19,84 | 22,9 | 88,82 | 649 | | 96,73 | 137,80 |
| Обед | Закуска из моркови | 100 | 0,90 | 8,20 | 4,80 | 96 | Пром. | 14,70 | 19,11 |
| | Омлет натуральный | 220 | 14,74 | 15,05 | 40,70 | 331 | ТК | 56,86 | 85,28 |
| | Компот из клубники | 200 | 0,30 | 0,10 | 1,03 | 43 | бхн-22 | 11,24 | 16,87 |
| | Хлеб пшеничный | 50 | 3,50 | 1,00 | 25,00 | 120 | Пром.7 | 4,61 | 5,53 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 1,80 | 0,30 | 13,50 | 63 | Пром.6 | 3,18 | 3,82 |
| | Фрукты свежие (яблоко) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47 | Пром.3 | 7,40 | 9,62 |
| | Итого за рацион питания : | 700 | 21,64 | 25,05 | 94,83 | 700 | | 97,99 | 140,23 |
| ВСЕГО : | | 1 350 | 41,48 | 47,95 | 183,65 | 1 349 | | 194,72 | 278,03 |

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"

Шевченко М. С.

«Школьное питание»

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

ДИРЕКТОР

И.О. ЧЕКЕМЕС

Ежедневное меню
основного (организованного) питания **

Возраст: 12 и старше

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

Дата: 04.10.2024 Циклическое меню: Неделя: 1 День: 5

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 | Овощи в нарезке (огурец свежий) | 100 | 0,83 | 0,17 | 2,50 | 14 | 54-23-2022 | 11,73 | 15,25 |
| | Биточек "Эврика" | 100 | 9,40 | 13,40 | 17,50 | 222 | ТК № 3/10 Н | 42,69 | 64,03 |
| | Картофель отварной с зеленью | 180 | 3,66 | 9,65 | 28,98 | 218 | 634-2022 | 21,13 | 31,69 |
| | Сок натуральный | 200 | 1,00 | | 20,20 | 85 | Пром. | 16,00 | 20,80 |
| | 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 |
| | Итого за рацион питания : | 630 | 18,19 | 24,02 | 93,18 | 653 | | 96,44 | 137,63 |
| Обед | Закуска из моркови | 100 | 0,90 | 8,20 | 4,80 | 96 | Пром. | 14,70 | 19,11 |
| | Суп картофельный с мясными фрикадельками (250/25) | 275 | 9,34 | 6,72 | 20,41 | 182 | 137-2004 | 30,14 | 45,22 |
| | Драчена | 200 | 15,00 | 14,50 | 41,42 | 350 | 411-2022 | 55,87 | 83,81 |
| | Компот из клубники | 200 | 0,30 | 0,10 | 1,03 | 43 | 6хн-22 | 11,24 | 16,87 |
| | Хлеб пшеничный | 50 | 3,50 | 1,00 | 25,00 | 120 | Пром.7 | 4,61 | 5,53 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 1,80 | 0,30 | 13,50 | 63 | Пром.6 | 3,18 | 3,82 |
| | Фрукты свежие (яблоко) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47 | Пром.3 | 7,40 | 9,62 |
| | Итого за рацион питания : | 955 | 31,24 | 31,22 | 115,96 | 901 | | 127,14 | 183,98 |
| Полдник | Сдоба обыкновенная | 100 | 6,61 | 6,05 | 39,09 | 262 | ТК № П/8 | 5,74 | 8,58 |
| | Кефир | 200 | 5,80 | 5,00 | 8,00 | 100 | Пром.10 | 17,38 | 22,59 |
| | Фрукты свежие (Нектарины) | 100 | 1,10 | 0,30 | 8,90 | 44 | Пром. | 14,50 | 18,85 |
| | Итого за рацион питания : | 400 | 13,51 | 11,35 | 55,99 | 406 | | 37,62 | 50,02 |
| ВСЕГО : | | 1 985 | 62,94 | 66,59 | 265,13 | 1 960 | | 261,20 | 371,63 |

Заведующий производством

должность

Чекемес
подпись

Чекемес
расшифровка подписи

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"

Шевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

ДИРЕКТОР

И. О. ЧЕКЕМЕС

Ежедневное меню
«Школьное (организованного) питания» **

Возраст: 12 и старше

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

Дата: 04.10.2024 Циклическое меню: Неделя: 1 День: 5

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 | Овощи в нарезке (огурец свежий) | 100 | 0,83 | 0,17 | 2,50 | 14 | 54-23-2022 | 11,73 | 15,25 |
| | Котлета "Дружба" | 120 | 9,32 | 14,20 | 15,16 | 237 | ТК 0/16 | 43,43 | 64,87 |
| | Картофель отварной, запеченный с сыром | 180 | 5,39 | 7,73 | 26,96 | 199 | 635-2022 | 20,68 | 31,02 |
| | Сок натуральный | 200 | 1,00 | | 20,20 | 85 | Пром. | 16,00 | 20,80 |
| | 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 |
| | Итого за рацион питания : | 650 | 19,84 | 22,9 | 88,82 | 649 | | 96,73 | 137,80 |
| Обед | Закуска из моркови | 100 | 0,90 | 8,20 | 4,80 | 96 | Пром. | 14,70 | 19,11 |
| | Суп картофельный с мясными фрикадельками (250/25) | 275 | 9,34 | 6,72 | 20,41 | 182 | 137-2004 | 30,14 | 45,22 |
| | Омлет натуральный | 220 | 14,74 | 15,05 | 40,70 | 331 | ТК | 56,86 | 85,28 |
| | Компот из клубники | 200 | 0,30 | 0,10 | 1,03 | 43 | 6хн-22 | 11,24 | 16,87 |
| | Хлеб пшеничный | 50 | 3,50 | 1,00 | 25,00 | 120 | Пром.7 | 4,61 | 5,53 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 1,80 | 0,30 | 13,50 | 63 | Пром.6 | 3,18 | 3,82 |
| | Фрукты свежие (яблоко) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47 | Пром.3 | 7,40 | 9,62 |
| | Итого за рацион питания : | 975 | 30,98 | 31,77 | 115,24 | 882 | | 128,13 | 185,45 |
| Полдник | Сдоба обыкновенная | 100 | 6,61 | 6,05 | 39,09 | 262 | ТК № П/8 | 5,74 | 8,58 |
| | Кефир | 200 | 5,80 | 5,00 | 8,00 | 100 | Пром.10 | 17,38 | 22,59 |
| | Фрукты свежие (Нектарины) | 100 | 1,10 | 0,30 | 8,90 | 44 | Пром. | 14,50 | 18,85 |
| | Итого за рацион питания : | 400 | 13,51 | 11,35 | 55,99 | 406 | | 37,62 | 50,02 |
| ВСЕГО : | | 2 025 | 64,33 | 66,02 | 260,05 | 1 937 | | 262,48 | 373,27 |

Заведующий производством

должность

Шевченко М. С.
подпись

Чекемес И. О.
расшифровка подписи