



«УТВЕРЖДЕНО»
Руководитель АНО «Школьное питание»

/Краснодедов В. А.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

/

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

Возраст: 12 лет и старше

Категория: 5-11 классы

Дата: 12.12.2024 Циклическое меню: Неделя: 2 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	Овощи в нарезке (помидор свежий)	100	1,17	0,17	3,83	21	54-3з-2022	17,35	22,55
	Омлет с картофелем (запеченный)	200	17,60	21,20	15,00	378	345-2004	58,59	87,88
	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
	Кондитерские изделия (пряники)	25	0,55	0,41	6,82	130	Пром.	8,90	11,57
	Итого за рацион питания :	575	22,92	22,58	56,35	671		92,05	131,34
Обед	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	1,31	3,25	6,46	60	45-2017	6,27	9,40
	Рыба запеченная "Фиш-ка" (минтай)	100	11,44	14,30	4,17	238	ТК № О/6	40,29	60,44
	Картофель отварной с зеленью	180	3,66	5,93	28,98	218	634-2022	22,22	33,32
	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
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.3	7,40	9,62
	Итого за рацион питания :	740	21,81	24,88	98,61	786		97,99	140,55
ВСЕГО :	1 315	44,73	47,46	154,96	1 457		190,04	271,89	

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи



«УТВЕРЖДЕНО»
Руководитель АНО «Школьное питание»

/Краснодедов В. А.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации



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

Возраст: 13-14 лет
Категория: 5-11 классы

Дата: 12.12.2024 Циклическое меню: Неделя: 2 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	Овощи в нарезке (помидор свежий)	100	1,17	0,17	3,83	21	54-3з-2022	17,35	22,55
	Омлет натуральный	210	16,75	19,21	24,54	358	ТК	59,12	88,67
	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
	Кондитерские изделия (пряники)	25	0,55	0,41	6,82	130	Пром.	8,90	11,57
	Итого за рацион питания :	585	22,07	20,59	65,89	651		92,58	132,13
Обед	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	1,31	3,25	6,46	60	45-2017	6,27	9,40
	Фишболы в томатном соусе (100/20)	120	13,25	11,05	6,40	208	№ТК/13	37,50	56,23
	Картофель фри	200	2,11	9,00	36,11	247	№648-22	25,72	38,59
	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
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.3	7,40	9,62
	Итого за рацион питания :	780	22,07	24,7	107,97	785		98,70	141,61
ВСЕГО :	1 365	44,14	45,29	173,86	1 436		191,28	273,74	

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи

