

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"

Красноделов В. А.



«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

*Утверждено*



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

Возраст: 12 и старше

Категория: 5-11 классы

Дата: 28.11.2024 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 продукта 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	54,00	81,00
	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
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>575</b>	<b>22,92</b>	<b>22,58</b>	<b>56,35</b>	<b>671</b>		<b>87,46</b>	<b>124,46</b>
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 № 0/6	39,98	59,97
	Картофель отварной с зеленью	180	3,66	5,93	28,98	218	634-2022	21,13	31,69
	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
<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>740</b>	<b>21,81</b>	<b>24,88</b>	<b>98,61</b>	<b>786</b>		<b>96,59</b>	<b>138,45</b>	
<b>ВСЕГО :</b>	<b>1 315</b>	<b>44,73</b>	<b>47,46</b>	<b>154,96</b>	<b>1 457</b>		<b>184,05</b>	<b>262,91</b>	

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи

«УТВЕРЖДЕНО»  
Руководитель АНО "Школьное питание"

/Краснододов В. А.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

*Удальцова*

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

Возраст: 12 и старше

Категория: 5-11 классы

Дата: 28.11.2024 Цикличное 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	54,27	81,40
	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
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>585</b>	<b>22,07</b>	<b>20,59</b>	<b>65,89</b>	<b>651</b>		<b>87,73</b>	<b>124,86</b>
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	37,24	55,84
	Картофель фри	200	2,11	9,00	36,11	247	№648-22	23,98	35,98
	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
<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>780</b>	<b>22,07</b>	<b>24,7</b>	<b>107,97</b>	<b>785</b>		<b>96,70</b>	<b>138,61</b>	
<b>ВСЕГО :</b>	<b>1 365</b>	<b>44,14</b>	<b>45,29</b>	<b>173,86</b>	<b>1 436</b>		<b>184,43</b>	<b>263,47</b>	

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"

Краснододов В. А.

Руководитель общеобразовательной организации

«СОГЛАСОВАНО»

Ежедневное меню

основного (организованного) питания \*\*

Возраст: 12 и старше

Категория: 5-11 классы

Дата: 28.11.2024 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 продукта всего 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	54,00	81,00
	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
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>575</b>	<b>22,92</b>	<b>22,58</b>	<b>56,35</b>	<b>671</b>		<b>87,46</b>	<b>124,46</b>
Обед	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	1,31	3,25	6,46	60	45-2017	6,27	9,40
	Суп картофельный с мясными фрикадельками (250/25)	275	9,34	6,72	20,41	182	137-2004	30,55	45,83
	Рыба запеченная "Фиш-ка" (минтай)	100	11,44	14,30	4,17	238	ТК № 0/6	39,98	59,97
	Картофель отварной с зеленью	180	3,66	5,93	28,98	218	634-2022	21,13	31,69
	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
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>1 015</b>	<b>31,15</b>	<b>31,6</b>	<b>119,02</b>	<b>968</b>		<b>127,14</b>	<b>184,28</b>
Полдник	Расстегай с мясом	75	9,43	8,04	22,48	267	П/9	21,65	32,47
	Чай с молоком	200	1,60	1,10	8,70	51	54-4гн-2022	4,93	7,40
	Фрукты свежие (мандарин)	100	0,80	0,20	7,50	38	Пром.4	14,50	18,85
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>375</b>	<b>11,83</b>	<b>9,34</b>	<b>38,68</b>	<b>356</b>		<b>41,08</b>	<b>58,72</b>
<b>ВСЕГО :</b>	<b>1 965</b>	<b>65,9</b>	<b>63,52</b>	<b>214,05</b>	<b>1 995</b>		<b>255,68</b>	<b>367,46</b>	

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи

«УТВЕРЖДЕНО»  
Руководитель АНО «Школьное питание»

Краснододов В. А.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

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

Возраст: 12 и старше

Категория: 5-11 классы

Дата: 28.11.2024 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 продукта всего 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	54,27	81,40
	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
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>585</b>	<b>22,07</b>	<b>20,59</b>	<b>65,89</b>	<b>651</b>		<b>87,73</b>	<b>124,86</b>
Обед	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	1,31	3,25	6,46	60	45-2017	6,27	9,40
	Суп картофельный с мясными фрикадельками (250/25)	275	9,34	6,72	20,41	182	137-2004	30,55	45,83
	Фишболы в томатном соусе (100/20)	120	13,25	11,05	6,40	208	№ТК/13	37,24	55,84
	Картофель фри	200	2,11	9,00	36,11	247	№648-22	23,98	35,98
	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
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>1 055</b>	<b>31,41</b>	<b>31,42</b>	<b>128,38</b>	<b>967</b>		<b>127,25</b>	<b>184,44</b>
Полдник	Расстегай с мясом	75	9,43	8,04	22,48	267	П/9	21,65	32,47
	Чай с молоком	200	1,60	1,10	8,70	51	54-4гн-2022	4,93	7,40
	Фрукты свежие (мандарин)	100	0,80	0,20	7,50	38	Пром.4	14,50	18,85
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>375</b>	<b>11,83</b>	<b>9,34</b>	<b>38,68</b>	<b>356</b>		<b>41,08</b>	<b>58,72</b>
<b>ВСЕГО :</b>	<b>2 015</b>	<b>65,31</b>	<b>61,35</b>	<b>232,95</b>	<b>1 974</b>		<b>256,06</b>	<b>368,02</b>	

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи