

Ежедневное меню  
основного (организованного) питания \*\*

Возраст: 12 и старше

Категория: 5-11 классы

Дата: 14.05.2025    Циклическое меню: Неделя: 2    День: 3

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    | Сыр твердых сортов в нарезке                     | 15               | 3,48                    | 4,43  |          | 54                            | 15-2017     | 13,43                             | 20,15               |
|            | Запеканка "Маковая неженка" с джемом 200(180/20) | 200              | 11,50                   | 9,72  | 40,07    | 374                           | № 3п/16     | 96,81                             | 145,24              |
|            | Какао с молоком                                  | 200              | 4,08                    | 3,54  | 17,58    | 119                           | 382-2017    | 14,68                             | 22,01               |
|            | Хлеб пшеничный                                   | 35               | 2,45                    | 0,70  | 17,50    | 84                            | пром.5      | 3,39                              | 4,07                |
|            | Фрукты свежие (яблоко)                           | 100              | 0,40                    | 0,40  | 9,80     | 47                            | Пром.3      | 8,20                              | 10,66               |
|            | Итого за рацион питания :                        | 550              | 21,91                   | 18,79 | 84,95    | 678                           |             | 136,51                            | 202,13              |
| Обед       | Овощи в нарезке (огурцы свежие)                  | 100              | 0,83                    | 0,17  | 2,50     | 14                            | 54-2з-2022  | 16,32                             | 21,22               |
|            | Гуляш из говядины (60/60)                        | 120              | 16,03                   | 16,90 | 5,92     | 197                           | №Тк/217     | 74,92                             | 112,39              |
|            | Рис припущенный                                  | 180              | 4,20                    | 5,76  | 42,00    | 236                           | 54-7г-2022  | 17,18                             | 25,76               |
|            | Компот из клубники и яблок                       | 200              | 0,22                    | 0,14  | 9,62     | 41                            | 5хн-22      | 7,67                              | 11,10               |
|            | Хлеб пшеничный                                   | 40               | 2,80                    | 0,80  | 20,00    | 96                            | Пром. 5     | 3,87                              | 4,65                |
|            | Хлеб ржаной                                      | 20               | 1,20                    | 0,20  | 9,00     | 42                            | Пром.2      | 2,22                              | 2,67                |
|            | Кондитерские изделия (пряники)                   | 25               | 0,55                    | 0,41  | 6,82     | 130                           | Пром.       | 9,52                              | 12,38               |
|            | Итого за рацион питания :                        | 685              | 25,83                   | 24,38 | 95,86    | 756                           |             | 131,70                            | 190,17              |
| ВСЕГО :    |                                                  | 1 235            | 47,74                   | 43,17 | 180,81   | 1 434                         |             | 268,21                            | 392,30              |

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи

Ежедневное меню

основного (организованного) питания \*\*

Возраст: 12 и старше

Категория: 5-11 классы

Дата: 14.05.2025    Циклическое меню: Неделя: 2    День: 3

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    | Сыр твердых сортов в нарезке          | 15               | 3,48                    | 4,43  |          | 54                            | 15-2017     | 13,43                             | 20,15               |
|            | Вареники ленивые со сгущенным молоком | 210              | 7,25                    | 9,25  | 49,83    | 315                           | №Тк №5      | 89,75                             | 134,62              |
|            | Яйцо вареное                          | 40               | 4,80                    | 4,00  | 0,30     | 56                            | 54-60-2022  | 10,00                             | 15,00               |
|            | Какао с молоком                       | 200              | 4,08                    | 3,54  | 17,58    | 119                           | 382-2017    | 14,68                             | 22,01               |
|            | Хлеб пшеничный                        | 35               | 2,45                    | 0,70  | 17,50    | 84                            | пром.5      | 3,39                              | 4,07                |
|            | Фрукты свежие (яблоко)                | 100              | 0,40                    | 0,40  | 9,80     | 47                            | Пром.3      | 8,20                              | 10,66               |
|            | Итого за рацион питания :             | 600              | 22,46                   | 22,32 | 95,01    | 675                           |             | 139,45                            | 206,51              |
| Обед       | Овощи в нарезке (огурцы свежие)       | 100              | 0,83                    | 0,17  | 2,50     | 14                            | 54-23-2022  | 16,32                             | 21,22               |
|            | Биточки по-белорусски                 | 100              | 11,34                   | 17,84 | 15,74    | 237                           | 521-22      | 79,28                             | 118,93              |
|            | Каша пшеничная рассыпчатая            | 200              | 8,42                    | 6,00  | 31,12    | 203                           | ТК          | 12,82                             | 19,23               |
|            | Компот из клубники и яблок            | 200              | 0,22                    | 0,14  | 9,62     | 41                            | 5хн-22      | 7,67                              | 11,10               |
|            | Хлеб пшеничный                        | 40               | 2,80                    | 0,80  | 20,00    | 96                            | Пром. 5     | 3,87                              | 4,65                |
|            | Хлеб ржаной                           | 20               | 1,20                    | 0,20  | 9,00     | 42                            | Пром.2      | 2,22                              | 2,67                |
|            | Кондитерские изделия (пряники)        | 25               | 0,55                    | 0,41  | 6,82     | 130                           | Пром.       | 9,52                              | 12,38               |
|            | Итого за рацион питания :             | 685              | 25,36                   | 25,56 | 94,8     | 763                           |             | 131,70                            | 190,18              |
| ВСЕГО :    |                                       | 1 285            | 47,82                   | 47,88 | 189,81   | 1 438                         |             | 271,15                            | 396,69              |

Заведующий производством

подпись

расшифровка подписи

Ежедневное меню

основного (организованного) питания \*\*

Возраст: 12 и старше

Категория: 5-11 классы

Дата: 14.05.2025    Циклическое меню: Неделя: 2    День: 3

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    | Сыр твердых сортов в нарезке                     | 15               | 3,48                    | 4,43  |          | 54                            | 15-2017     | 13,43                             | 20,15               |
|            | Запеканка "Маковая неженка" с джемом 200(180/20) | 200              | 11,50                   | 9,72  | 40,07    | 374                           | № 3п/16     | 96,81                             | 145,24              |
|            | Какао с молоком                                  | 200              | 4,08                    | 3,54  | 17,58    | 119                           | 382-2017    | 14,68                             | 22,01               |
|            | Хлеб пшеничный                                   | 35               | 2,45                    | 0,70  | 17,50    | 84                            | пром.5      | 3,39                              | 4,07                |
|            | Фрукты свежие (яблоко)                           | 100              | 0,40                    | 0,40  | 9,80     | 47                            | Пром.3      | 8,20                              | 10,66               |
|            | Итого за рацион питания :                        | 550              | 21,91                   | 18,79 | 84,95    | 678                           |             | 136,51                            | 202,13              |
| Обед       | Овощи в нарезке (огурцы свежие)                  | 100              | 0,83                    | 0,17  | 2,50     | 14                            | 54-2з-2022  | 16,32                             | 21,22               |
|            | Суп гороховый                                    | 250              | 5,30                    | 5,02  | 19,90    | 146                           | 54-8с-2022  | 9,27                              | 13,89               |
|            | Гуляш из говядины (60/60)                        | 120              | 16,03                   | 16,90 | 5,92     | 197                           | №Тк/217     | 74,92                             | 112,39              |
|            | Рис припущенный                                  | 180              | 4,20                    | 5,76  | 42,00    | 236                           | 54-7г-2022  | 17,18                             | 25,76               |
|            | Компот из клубники и яблок                       | 200              | 0,22                    | 0,14  | 9,62     | 41                            | 5хн-22      | 7,67                              | 11,10               |
|            | Хлеб пшеничный                                   | 40               | 2,80                    | 0,80  | 20,00    | 96                            | Пром. 5     | 3,87                              | 4,65                |
|            | Хлеб ржаной                                      | 20               | 1,20                    | 0,20  | 9,00     | 42                            | Пром.2      | 2,22                              | 2,67                |
|            | Кондитерские изделия (пряники)                   | 25               | 0,55                    | 0,41  | 6,82     | 130                           | Пром.       | 9,52                              | 12,38               |
|            | Итого за рацион питания :                        | 935              | 31,13                   | 29,4  | 115,76   | 902                           |             | 140,97                            | 204,06              |
| Полдник    | Пирожок печеный с картофелем                     | 100              | 6,19                    | 7,70  | 32,69    | 232                           | №Тк/П/25    | 9,58                              | 14,36               |
|            | Кофейный напиток с молоком                       | 180              | 2,84                    | 2,41  | 14,36    | 91                            | 379-2017    | 12,53                             | 18,79               |
|            | Фрукты свежие (апельсин)                         | 100              | 0,90                    | 0,20  | 8,10     | 43                            | Пром.11     | 17,60                             | 22,88               |
|            | Итого за рацион питания :                        | 380              | 9,93                    | 10,31 | 55,15    | 366                           |             | 39,71                             | 56,03               |
| ВСЕГО :    |                                                  | 1 865            | 62,97                   | 58,5  | 255,86   | 1 946                         |             | 317,19                            | 462,22              |

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи

Ежедневное меню  
основного (организованного) питания \*\*

Возраст: 12 и старше

Категория: 5-11 классы

Дата: 14.05.2025    Циклическое меню: Неделя: 2    День: 3

**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    | Сыр твердых сортов в нарезке          | 15               | 3,48                    | 4,43  |          | 54                            | 15-2017     | 13,43                             | 20,15               |
|            | Вареники ленивые со сгущенным молоком | 210              | 7,25                    | 9,25  | 49,83    | 315                           | №Тк №5      | 89,75                             | 134,62              |
|            | Яйцо вареное                          | 40               | 4,80                    | 4,00  | 0,30     | 56                            | 54-60-2022  | 10,00                             | 15,00               |
|            | Какао с молоком                       | 200              | 4,08                    | 3,54  | 17,58    | 119                           | 382-2017    | 14,68                             | 22,01               |
|            | Хлеб пшеничный                        | 35               | 2,45                    | 0,70  | 17,50    | 84                            | пром.5      | 3,39                              | 4,07                |
|            | Фрукты свежие (яблоко)                | 100              | 0,40                    | 0,40  | 9,80     | 47                            | Пром.3      | 8,20                              | 10,66               |
|            | Итого за рацион питания :             | 600              | 22,46                   | 22,32 | 95,01    | 675                           |             | 139,45                            | 206,51              |
| Обед       | Овощи в нарезке (огурцы свежие)       | 100              | 0,83                    | 0,17  | 2,50     | 14                            | 54-23-2022  | 16,32                             | 21,22               |
|            | Суп гороховый                         | 250              | 5,30                    | 5,02  | 19,90    | 146                           | 54-8с-2022  | 9,27                              | 13,89               |
|            | Биточки по-белорусски                 | 100              | 11,34                   | 17,84 | 15,74    | 237                           | 521-22      | 79,28                             | 118,93              |
|            | Каша пшеничная рассыпчатая            | 200              | 8,42                    | 6,00  | 31,12    | 203                           | ТК          | 12,82                             | 19,23               |
|            | Компот из клубники и яблок            | 200              | 0,22                    | 0,14  | 9,62     | 41                            | 5хн-22      | 7,67                              | 11,10               |
|            | Хлеб пшеничный                        | 40               | 2,80                    | 0,80  | 20,00    | 96                            | Пром. 5     | 3,87                              | 4,65                |
|            | Хлеб ржаной                           | 20               | 1,20                    | 0,20  | 9,00     | 42                            | Пром.2      | 2,22                              | 2,67                |
|            | Кондитерские изделия (пряники)        | 25               | 0,55                    | 0,41  | 6,82     | 130                           | Пром.       | 9,52                              | 12,38               |
|            | Итого за рацион питания :             | 935              | 30,66                   | 30,58 | 114,7    | 909                           |             | 140,97                            | 204,07              |
| Полдник    | Пирожок печеный с картофелем          | 100              | 6,19                    | 7,70  | 32,69    | 232                           | №ТК/П/25    | 9,58                              | 14,36               |
|            | Кофейный напиток с молоком            | 180              | 2,84                    | 2,41  | 14,36    | 91                            | 379-2017    | 12,53                             | 18,79               |
|            | Фрукты свежие (апельсин)              | 100              | 0,90                    | 0,20  | 8,10     | 43                            | Пром.11     | 17,60                             | 22,88               |
|            | Итого за рацион питания :             | 380              | 9,93                    | 10,31 | 55,15    | 366                           |             | 39,71                             | 56,03               |
| ВСЕГО :    |                                       | 1 915            | 63,05                   | 63,21 | 264,86   | 1 950                         |             | 320,13                            | 466,61              |

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи

