/Краснодедов В. А.

/	

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

Возраст: 12 и старше Категория: 5-11 классы

Дата: 10.03.2025 Цикличное меню: Неделя: 2 День: 1

<u>КОМПЛЕКС № 1</u>

ጥጥ	очищенный	и карто	фель

Прием	п с	Bec		ищевь ства, г		Энергети - ческая	№	Цена продукто	Цена
пищи	Наименование блюда	блюда, грамм	Белк и	Жир	Углев оды	ценность , Ккал	рецептур ы	вого набора в рублях	всего в рублях
	Яйцо вареное	40	4,80	4,00	0,30	56	54-6o-2022	11,50	17,25
	Каша вязкая молочная из риса	200	6,90	12,00	40,90	280	<b>№</b> TK K/21	22,16	33,23
aK	Кофейный напиток с молоком	200	3,16	2,68	15,95	101	379-2017	13,74	20,61
Завтрак	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	72	Пром.1	2,90	3,48
3a	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42	Пром.2	2,22	2,67
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.3	8,20	10,66
	Итого за рацион питания :	590	18,56	19,88	90,95	598		60,72	87,90
	Салат из отварных овощей с зеленым горошком	100	1,23	6,08	4,47	77	TK № 84 H	9,31	13,19
	Шницель из курицы	100	19,20	4,26	13,46	169	54-24м-2022	38,43	57,29
	Ризотто с овощами	180	4,10	11,00	39,42	254	<b>№</b> O/19	24,15	32,85
Обед	Напиток "Ассорти"(плодово-ягодный)	200	0,10	0,10	18,78	74	TK № 3/12	6,42	9,63
	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 (вафли)	15	0,32	2,66	5,69	48	Пром.	4,43	5,76
	Итого за рацион питания :	655	28,95	25,1	110,82	760		88,83	126,04
	ВСЕГО:	1 245	47,51	44,98	201,77	1 358		149,55	213,94

Заведующий производством		
должность	подпись	расшифровка подписи

/Краснодедов В. А.

/

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

Возраст: 12 и старше Категория: 5-11 классы

Дата: 10.03.2025 Цикличное меню: Неделя: 2 День: 1

<u>КОМПЛЕКС № 2</u>

\*\* очищенный картофель

Прием	Наименование блюда	Bec	Пищевые вещества, грамм			Энергети - ческая	342	Цена продукто вого	Цена всего в
пищи	паименование олюда	блюда, грамм	Белк и	Жир ы	Углев оды	ценность , Ккал	рецептур ы	набора в рублях	рублях
	Яйцо вареное	40	4,80	4,00	0,30	56	54-6o-2022	11,50	17,25
	Запеканка со свежими плодами с джемом	220	7,29	10,98	46,00	297	№395	22,60	33,33
Завтрак	Кофейный напиток с молоком	200	3,16	2,68	15,95	101	379-2017	13,74	20,61
авл	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	72	Пром.1	2,90	3,48
(2)	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42	Пром.2	2,22	2,67
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.3	8,20	10,66
	Итого за рацион питания :	610	18,95	18,86	96,05	615		61,16	88,00
	Салат из отварных овощей с зеленым горошком	100	1,23	6,08	4,47	77	TK № 84 H	9,31	13,19
	Куры запеченные	100	18,57	10,29	12,50	215	№568-22	49,10	73,66
	Рагу из овощей	180	2,74	8,04	32,54	185	№334-22	14,74	21,34
Обед	Напиток "Ассорти"(плодово-ягодный)	200	0,10	0,10	18,78	74	TK № 3/12	6,42	9,63
	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 (вафли)	15	0,32	2,66	5,69	48	Пром.	4,43	5,76
	Итого за рацион питания :	655	26,96	28,17	102,98	737		90,09	130,90
	ВСЕГО:	1 265	45,91	47,03	199,03	1 352		151,25	218,90

Заведующий производством		
должность	подпись	расшифровка подписи

/Краснодедов	B.	Α
Перисподедов	ப.	7 A

/
,

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

Возраст: 12 и старше Категория: 5-11 классы

Дата: 10.03.2025 Цикличное меню: Неделя: 2 День: 1

<u>КОМПЛЕКС № 1</u>

**	очищенный	карто	рель

Прием	Прием			ищевь ства, г		Энергети - ческая	N₂	Цена продукто	Цена
пищи	Наименование блюда	блюда, грамм	Белк и	Жир	Углев оды	ценность , Ккал	рецептур ы	вого набора в рублях	всего в рублях
	Яйцо вареное	40	4,80	4,00	0,30	56	54-6o-2022	11,50	17,25
	Каша вязкая молочная из риса	200	6,90	12,00	40,90	280	<b>№</b> TK K/21	22,16	33,23
ак	Кофейный напиток с молоком	200	3,16	2,68	15,95	101	379-2017	13,74	20,61
Завтрак	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	72	Пром.1	2,90	3,48
3a	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42	Пром.2	2,22	2,67
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.3	8,20	10,66
	Итого за рацион питания :	590	18,56	19,88	90,95	598		60,72	87,90
	Салат из отварных овощей с зеленым горошком	100	1,23	6,08	4,47	77	TK № 84 H	9,31	13,19
	Суп картофельный с клецками	250	2,25	3,27	13,75	93	54-6c-2022	7,84	11,76
	Шницель из курицы	100	19,20	4,26	13,46	169	54-24м-2022	38,43	57,29
Обед	Ризотто с овощами	180	4,10	11,00	39,42	254	<b>№</b> O/19	24,15	32,85
	Напиток "Ассорти"(плодово-ягодный)	200	0,10	0,10	18,78	74	TK № 3/12	6,42	9,63
	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 (вафли)	15	0,32	2,66	5,69	48	Пром.	4,43	5,76
	Итого за рацион питания :	905	31,2	28,37	124,57	853		96,67	137,80
K	Булочка ванильная	70	5,37	5,89	33,48	207	Π/7	5,84	8,74
Полдник	Кефир	200	5,80	5,00	8,00	100	Пром.10	22,36	29,07
Гол,	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.3	8,20	10,66
	Итого за рацион питания :	370	11,57	11,29	51,28	354		36,40	48,47
	всего:	1 865	61,33	59,54	266,8	1 805		193,79	274,17

Заведующий производством		
должность	подпись	расшифровка подписи

/Краснодедов В.	. A
-----------------	-----

/

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

Возраст: 12 и старше Категория: 5-11 классы

Дата: 10.03.2025 Цикличное меню: Неделя: 2 День: 1

КОМПЛЕКС № 2

**	очищенный	картофелі
	очищенныи	картофел

Прием пищи		Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм		Энергети - ческая	N₂	Цена продукто	Цена	
	Наименование блюда		Белк и	Жир	Углев оды	ценность , Ккал	рецептур ы	вого всего н набора в рублях рублях	всего в рублях
Завтрак	Яйцо вареное	40	4,80	4,00	0,30	56	54-6o-2022	11,50	17,25
	Запеканка со свежими плодами с джемом	220	7,29	10,98	46,00	297	№395	22,60	33,33
	Кофейный напиток с молоком	200	3,16	2,68	15,95	101	379-2017	13,74	20,61
	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	72	Пром.1	2,90	3,48
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42	Пром.2	2,22	2,67
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.3	8,20	10,66
	Итого за рацион питания :	610	18,95	18,86	96,05	615		61,16	88,00
Обед	Салат из отварных овощей с зеленым горошком	100	1,23	6,08	4,47	77	TK № 84 H	9,31	13,19
	Суп картофельный с клецками	250	2,25	3,27	13,75	93	54-6c-2022	7,84	11,76
	Куры запеченные	100	18,57	10,29	12,50	215	№568-22	49,10	73,66
	Рагу из овощей	180	2,74	8,04	32,54	185	№334-22	14,74	21,34
	Напиток "Ассорти"(плодово-ягодный)	200	0,10	0,10	18,78	74	TK № 3/12	6,42	9,63
	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 (вафли)	15	0,32	2,66	5,69	48	Пром.	4,43	5,76
	Итого за рацион питания :	905	29,21	31,44	116,73	830		97,93	142,66
ДНИ	Булочка ванильная	70	5,37	5,89	33,48	207	Π/7	5,84	8,74
	Кефир	200	5,80	5,00	8,00	100	Пром.10	22,36	29,07
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.3	8,20	10,66
	Итого за рацион питания :	370	11,57	11,29	51,28	354		36,40	48,47
	1 885	59,73	61,59	264,06	1 799		195,49	279,13	

Заведующий производством		
должность	подпись	расшифровка подписи