

«УТВЕРЖДЕНО»
Руководитель АНО «Школьное питание»



Краснодар В. А.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

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

Возраст: 12 и старше

Категория: 5-11 классы

Дата: 20.01.2025 Циклическое меню: Неделя: 1 День: 1

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 | 13,65 | 20,47 |
| | Яйцо вареное | 40 | 4,80 | 4,00 | 0,30 | 56 | 54-60-2022 | 11,50 | 17,25 |
| | Каша вязкая молочная из риса и пшена с маслом | 200 | 5,78 | 10,65 | 31,88 | 248 | 175-2017 | 16,53 | 24,80 |
| | 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 | 2,77 | 3,32 |
| | 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 | 8,20 | 10,66 |
| | Итого за рацион питания : | 605 | 20,92 | 22,96 | 81,93 | 620 | | 68,51 | 99,65 |
| Обед | Огурцы соленые | 100 | 0,85 | 0,18 | 2,30 | 16 | Т 70-17 | 13,97 | 18,16 |
| | Борщ Кубанский с фасолью | 250 | 3,90 | 4,30 | 16,00 | 118 | ТК № 0/11 | 18,54 | 27,84 |
| | Наггетсы куриные | 100 | 5,47 | 7,55 | 31,82 | 233 | ТК № 0/1 | 61,08 | 91,60 |
| | Макароны отварные с сыром | 180 | 12,18 | 14,33 | 30,70 | 301 | 204-17 | 41,28 | 61,92 |
| | Компот из клубники | 200 | 0,30 | 0,10 | 10,30 | 43 | бхн-22 | 12,09 | 18,13 |
| | 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 | 8,20 | 10,66 |
| Итого за рацион питания : | 990 | 27,1 | 27,86 | 129,92 | 896 | | 160,97 | 235,28 | |
| Полдник | Булочка домашняя | 80 | 5,16 | 5,44 | 37,70 | 223 | ТК № П/12 | 6,78 | 10,16 |
| | Йогурт | 200 | 6,80 | 5,00 | 11,00 | 117 | Пром. | 43,52 | 56,58 |
| | Фрукты свежие (апельсин) | 100 | 0,90 | 0,20 | 8,10 | 43 | Пром.11 | 17,60 | 22,88 |
| | Итого за рацион питания : | 380 | 12,86 | 10,64 | 56,8 | 383 | | 67,90 | 89,62 |
| ВСЕГО : | | 1 975 | 60,88 | 61,46 | 268,65 | 1 899 | | 297,38 | 424,55 |

Заведующий производством

должность

подпись

расшировка подписи