



«УТВЕРЖДЕНО»  
Руководитель АНО «Школьное питание»

/Краснододов В. А.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

/

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

Возраст: 7-11 лет

Категория: 1-4 классы

Дата: 03.09.2025 Циклическое меню: Неделя: 1 День: 3

\*\* 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        | Яйцо вареное                                           | 40               | 3,09                    | 4,00         | 0,30          | 56                            | № 492-24    | 8,00                              | 12,00               |
|                | Сыр порционно                                          | 10               | 2,18                    | 1,40         |               | 21                            | №015-17     | 8,95                              | 13,43               |
|                | Запеканка творожная с вишней и сахарной пудрой (150/5) | 155              | 8,53                    | 12,29        | 39,80         | 329                           | ТК №176     | 53,07                             | 79,60               |
|                | Чай с сахаром и лимоном                                | 200              | 0,30                    |              | 6,70          | 28                            | 54-3гн-2022 | 2,43                              | 3,66                |
|                | Хлеб пшеничный                                         | 30               | 2,10                    | 0,60         | 15,00         | 72                            | 23-22       | 2,85                              | 3,42                |
|                | Хлеб ржаной                                            | 20               | 1,20                    | 0,20         | 9,00          | 42                            | 24-22       | 2,10                              | 2,52                |
|                | Фрукты свежие (яблоко)                                 | 100              | 0,40                    | 0,40         | 9,80          | 47                            | № 749-22    | 8,15                              | 10,60               |
|                | <b>Итого за рацион питания :</b>                       | <b>555</b>       | <b>17,8</b>             | <b>18,89</b> | <b>80,6</b>   | <b>595</b>                    |             | <b>85,55</b>                      | <b>125,23</b>       |
| Обед           | Овощи в нарезке (огурцы свежие)                        | 60               | 0,50                    | 0,10         | 1,50          | 9                             | 54-23-2022  | 9,67                              | 12,57               |
|                | Щи из свежей капусты                                   | 200              | 2,12                    | 3,02         | 6,28          | 86                            | 87-17       | 5,90                              | 8,84                |
|                | Чахохбили из кур (90/20)                               | 110              | 14,10                   | 15,20        | 3,42          | 206                           | 600-22      | 53,79                             | 80,67               |
|                | Каша пшеничная вязкая                                  | 150              | 4,52                    | 7,50         | 40,12         | 221                           | 302-17Б     | 6,90                              | 10,35               |
|                | Сок натуральный (яблочный)                             | 200              | 1,00                    |              | 20,20         | 85                            | № 859-22    | 17,00                             | 22,10               |
|                | Хлеб пшеничный                                         | 40               | 2,80                    | 0,80         | 20,00         | 96                            | 23-22       | 3,80                              | 4,56                |
|                | Хлеб ржаной                                            | 20               | 1,20                    | 0,20         | 9,00          | 42                            | 24-22       | 2,10                              | 2,52                |
|                | Фрукты свежие (абрикос)                                | 100              | 0,40                    | 0,70         | 9,80          | 47                            | № 739-22    | 29,50                             | 38,35               |
|                | <b>Итого за рацион питания :</b>                       | <b>880</b>       | <b>26,64</b>            | <b>27,52</b> | <b>110,32</b> | <b>792</b>                    |             | <b>128,66</b>                     | <b>179,96</b>       |
| Полдник        | Пирожок печеный с картофелем и луком                   | 70               | 4,33                    | 5,40         | 21,25         | 174                           | 1036-22     | 6,29                              | 9,43                |
|                | Какао с молоком                                        | 180              | 3,67                    | 3,19         | 15,82         | 107                           | 382-2017    | 10,88                             | 16,31               |
|                | Фрукты свежие (груша)                                  | 100              | 0,40                    | 0,30         | 10,30         | 47                            | № 743-22    | 19,50                             | 25,35               |
|                | <b>Итого за рацион питания :</b>                       | <b>350</b>       | <b>8,4</b>              | <b>8,89</b>  | <b>47,37</b>  | <b>328</b>                    |             | <b>36,67</b>                      | <b>51,09</b>        |
| <b>ВСЕГО :</b> |                                                        | <b>1 785</b>     | <b>52,84</b>            | <b>55,3</b>  | <b>238,29</b> | <b>1 715</b>                  |             | <b>250,88</b>                     | <b>356,28</b>       |

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи

«УТВЕРЖДЕНО»  
Руководитель АНО «Школьное питание»

Краснодеедов В. А.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

/

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

Возраст: 12 и старше

Категория: 5-11 классы

Дата: 03.09.2025 Циклическое меню: Неделя: 1 День: 3

\*\* очищенный картофель

| Прием пищи     | Наименование блюда                                     | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |              |               | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептур ы | Цена продуктового набора в рублях | Цена всего в рублях |
|----------------|--------------------------------------------------------|------------------|-------------------------|--------------|---------------|-------------------------------|--------------|-----------------------------------|---------------------|
|                |                                                        |                  | Белк и                  | Жиры         | Углеводы      |                               |              |                                   |                     |
| Завтрак        | Яйцо вареное                                           | 40               | 3,09                    | 4,00         | 0,30          | 56                            | № 492-24     | 8,00                              | 12,00               |
|                | Сыр порционнo                                          | 15               | 3,27                    | 2,10         |               | 32                            | №015-17      | 13,43                             | 20,15               |
|                | Запеканка творожная с вишней и сахарной пудрой (195/5) | 200              | 11,01                   | 15,45        | 51,36         | 424                           | ТК №176      | 68,10                             | 102,15              |
|                | Чай с сахаром и лимоном                                | 200              | 0,30                    |              | 6,70          | 28                            | 54-3гн-2022  | 2,43                              | 3,66                |
|                | Хлеб пшеничный                                         | 40               | 2,80                    | 0,80         | 20,00         | 96                            | 23-22        | 3,80                              | 4,56                |
|                | Хлеб ржаной                                            | 20               | 1,20                    | 0,20         | 9,00          | 42                            | 24-22        | 2,10                              | 2,52                |
|                | Фрукты свежие (яблоко)                                 | 100              | 0,40                    | 0,40         | 9,80          | 47                            | № 749-22     | 8,15                              | 10,60               |
|                | <b>Итого за рацион питания :</b>                       | <b>615</b>       | <b>22,07</b>            | <b>22,95</b> | <b>97,16</b>  | <b>725</b>                    |              | <b>106,01</b>                     | <b>155,64</b>       |
| Обед           | Овощи в нарезке (огурцы свежие)                        | 100              | 0,83                    | 0,17         | 2,50          | 14                            | 54-23-2022   | 16,12                             | 20,96               |
|                | Щи из свежей капусты                                   | 250              | 2,65                    | 3,77         | 7,85          | 108                           | 87-17        | 7,25                              | 10,87               |
|                | Чахохбили из кур (100/20)                              | 120              | 15,38                   | 16,58        | 3,73          | 225                           | 600-22       | 59,57                             | 89,34               |
|                | Каша пшеничная вязкая                                  | 180              | 5,42                    | 9,00         | 48,14         | 265                           | 302-17Б      | 8,28                              | 12,42               |
|                | Сок натуральный (яблочный)                             | 200              | 1,00                    |              | 20,20         | 85                            | № 859-22     | 17,00                             | 22,10               |
|                | Хлеб пшеничный                                         | 40               | 2,80                    | 0,80         | 20,00         | 96                            | 23-22        | 3,80                              | 4,56                |
|                | Хлеб ржаной                                            | 30               | 1,80                    | 0,30         | 13,50         | 63                            | 24-22        | 3,15                              | 3,78                |
|                | Фрукты свежие (абрикос)                                | 100              | 0,40                    | 0,70         | 9,80          | 47                            | № 739-22     | 29,50                             | 38,35               |
|                | <b>Итого за рацион питания :</b>                       | <b>1 020</b>     | <b>30,28</b>            | <b>31,32</b> | <b>125,72</b> | <b>903</b>                    |              | <b>144,67</b>                     | <b>202,38</b>       |
| Полдник        | Пирожок печеный с картофелем и луком                   | 100              | 6,19                    | 7,70         | 30,25         | 232                           | 1036-22      | 8,92                              | 13,40               |
|                | Какао с молоком                                        | 180              | 3,67                    | 3,19         | 15,82         | 107                           | 382-2017     | 10,88                             | 16,31               |
|                | Фрукты свежие (груша)                                  | 100              | 0,40                    | 0,30         | 10,30         | 47                            | № 743-22     | 19,50                             | 25,35               |
|                | <b>Итого за рацион питания :</b>                       | <b>380</b>       | <b>10,26</b>            | <b>11,19</b> | <b>56,37</b>  | <b>386</b>                    |              | <b>39,30</b>                      | <b>55,06</b>        |
| <b>ВСЕГО :</b> |                                                        | <b>2 015</b>     | <b>62,61</b>            | <b>65,46</b> | <b>279,25</b> | <b>2 014</b>                  |              | <b>289,98</b>                     | <b>413,08</b>       |

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи