

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"

Краснододов В. А.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

«Школьное питание»

Ежедневное меню

основного (организованного) питания **

Возраст: 7-11 лет

Категория: 1-4 классы

Дата: 29.11.2024 Цикличное меню: Неделя: 2 День: 5

** 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 | Закуска из моркови | 60 | 0,54 | 4,92 | 2,88 | 114 | Пром. | 8,82 | 11,47 |
| | Плов из говядины | 150 | 11,48 | 11,03 | 28,95 | 261 | 54-11м-22 | 45,06 | 67,59 |
| | Чай с сахаром | 180 | 0,18 | | 5,85 | 24 | 54-2гн-2022 | 1,07 | 1,60 |
| | 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 | 7,40 | 9,62 |
| | Итого за рацион питания : | 540 | 15,9 | 17,15 | 71,48 | 560 | | 67,24 | 96,14 |
| Обед | Кукуруза сахарная | 60 | 1,20 | 0,20 | 6,10 | 31 | 54-21з-2022 | 19,50 | 25,35 |
| | Рассольник "Южный" | 200 | 2,40 | 6,60 | 16,08 | 108 | ТК № О/15 | 6,54 | 9,49 |
| | Наггетсы куриные | 90 | 4,92 | 6,84 | 28,64 | 211 | ТК № О/1 | 53,40 | 80,10 |
| | Макаронны отварные с сыром | 150 | 10,15 | 11,94 | 25,58 | 251 | 204-17 | 27,39 | 41,09 |
| | Напиток "Ассорти" (клубника) | 180 | 0,21 | 0,10 | 14,11 | 58 | ТК № О/8 | 8,21 | 12,30 |
| | 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 |
| Итого за рацион питания : | 740 | 22,88 | 26,68 | 119,51 | 797 | | 120,85 | 175,30 | |
| Полдник | Булочка домашняя | 60 | 3,77 | 7,51 | 18,07 | 167 | ТК № П/6 | 4,69 | 7,02 |
| | Йогурт | 180 | 6,12 | 4,50 | 9,90 | 105 | Пром.16 | 29,68 | 38,58 |
| | Фрукты свежие (яблоко) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47 | Пром.3 | 7,40 | 9,62 |
| | Итого за рацион питания : | 340 | 10,29 | 12,41 | 37,77 | 319 | | 41,77 | 55,22 |
| ВСЕГО : | | 1 620 | 49,07 | 56,24 | 228,76 | 1 676 | | 229,86 | 326,66 |

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО «Школьное питание»

Краснододов В. А.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

/

«Школьное питание»

ИНН 2312318995

ОГРН 1232300029829

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

Возраст: 12 и старше

Категория: 5-11 классы

Дата: 29.11.2024 Циклическое меню: Неделя: 2 День: 5

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 | Закуска из моркови | 100 | 0,90 | 8,20 | 4,80 | 189 | Пром. | 14,70 | 19,11 |
| | Плов из говядины | 200 | 15,30 | 14,70 | 38,60 | 348 | 54-11м-22 | 60,07 | 90,12 |
| | Чай с сахаром | 180 | 0,18 | | 5,85 | 24 | 54-2гн-2022 | 1,07 | 1,60 |
| | 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 | 7,40 | 9,62 |
| | Итого за рацион питания : | 630 | 20,08 | 24,1 | 83,05 | 722 | | 88,13 | 126,31 |
| Обед | Кукуруза сахарная | 100 | 2,00 | 0,33 | 10,17 | 52 | 54-21з-2022 | 32,49 | 42,23 |
| | Рассольник "Южный" | 250 | 3,00 | 8,25 | 20,10 | 135 | ТК № О/15 | 8,18 | 11,85 |
| | Наггетсы куриные | 100 | 5,47 | 7,55 | 31,82 | 234 | ТК № О/1 | 59,33 | 88,99 |
| | Макароньы отварные с сыром | 180 | 12,18 | 14,33 | 30,70 | 301 | 204-17 | 32,87 | 49,31 |
| | Напиток "Ассорти" (клубника) | 200 | 0,23 | 0,11 | 15,67 | 65 | ТК № О/8 | 9,12 | 13,68 |
| | 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 |
| Итого за рацион питания : | 890 | 26,88 | 31,57 | 137,46 | 925 | | 147,80 | 213,03 | |
| Полдник | Булочка домашняя | 80 | 6,16 | 5,44 | 40,70 | 223 | ТК № П/6 | 6,25 | 9,38 |
| | Йогурт | 200 | 6,80 | 5,00 | 11,00 | 117 | Пром. | 32,97 | 42,86 |
| | Фрукты свежие (яблоко) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47 | Пром.3 | 7,40 | 9,62 |
| | Итого за рацион питания : | 380 | 13,36 | 10,84 | 61,5 | 387 | | 46,62 | 61,86 |
| ВСЕГО : | | 1 900 | 60,32 | 66,51 | 282,01 | 2 034 | | 282,55 | 401,20 |

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: 29.11.2024 Цикличное меню: Неделя: 2 День: 5

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 | Закуска из моркови | 100 | 0,90 | 8,20 | 4,80 | 189 | Пром. | 14,70 | 19,11 |
| | Азу из говядины с картофелем | 220 | 16,03 | 14,45 | 38,00 | 347 | ТК | 60,76 | 90,41 |
| | Чай с сахаром | 180 | 0,18 | | 5,85 | 24 | 54-2гн-2022 | 1,07 | 1,60 |
| | 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 | 7,40 | 9,62 |
| | Итого за рацион питания : | 650 | 20,81 | 23,85 | 82,45 | 721 | | 88,82 | 126,60 |
| Обед | Кукуруза сахарная | 100 | 2,00 | 0,33 | 10,17 | 52 | 54-21з-2022 | 32,49 | 42,23 |
| | Рассольник "Южный" | 250 | 3,00 | 8,25 | 20,10 | 135 | ТК № О/15 | 8,18 | 11,85 |
| | Бризоль | 120 | 18,26 | 12,19 | 12,83 | 328 | №559-22 | 64,65 | 96,97 |
| | Рис припущенный с овощами | 200 | 3,91 | 8,55 | 25,44 | 194 | ТК № О/11 | 25,17 | 34,74 |
| | Напиток "Ассорти" (клубника) | 200 | 0,23 | 0,11 | 15,67 | 65 | ТК № О/8 | 9,12 | 13,68 |
| | 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 |
| Итого за рацион питания : | 930 | 31,4 | 30,43 | 113,21 | 912 | | 145,42 | 206,44 | |
| Полдник | Булочка домашняя | 80 | 6,16 | 5,44 | 40,70 | 223 | ТК № П/6 | 6,25 | 9,38 |
| | Йогурт | 200 | 6,80 | 5,00 | 11,00 | 117 | Пром. | 32,97 | 42,86 |
| | Фрукты свежие (яблоко) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47 | Пром.3 | 7,40 | 9,62 |
| | Итого за рацион питания : | 380 | 13,36 | 10,84 | 61,5 | 387 | | 46,62 | 61,86 |
| ВСЕГО : | | 1 960 | 65,57 | 65,12 | 257,16 | 2 020 | | 280,86 | 394,90 |

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи