

«УТВЕРЖДЕНО»

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель АНО «Школьное питание»

Руководитель общеобразовательной организации

Краснодедов В. А.

/



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

Возраст: 7-11 лет

Категория: 1-4 классы

Дата: 16.01.2025 Циклическое меню: Неделя: 2 День: 4

\*\* 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                          | Ассорти овощное вариант 2                         | 80               | 0,88                    | 0,11          | 2,80          | 16                            | №ТК АС/2      | 7,47                              | 10,40               |
|                                  | Омлет с картофелем (запеченный)                   | 150              | 13,20                   | 15,90         | 11,25         | 284                           | 345-2004      | 48,93                             | 73,39               |
|                                  | Чай с сахаром и лимоном                           | 200              | 0,30                    |               | 6,70          | 28                            | 54-3гн-2022   | 2,49                              | 3,73                |
|                                  | 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                |
|                                  | Кондитерские изделия (ирис)                       | 25               | 0,85                    | 1,95          | 23,30         | 120                           | Пром.         | 10,43                             | 13,56               |
|                                  | <b>Итого за рацион питания :</b>                  | <b>505</b>       | <b>18,53</b>            | <b>18,76</b>  | <b>68,05</b>  | <b>562</b>                    |               | <b>74,21</b>                      | <b>106,94</b>       |
| Обед                             | Салат из белокочанной капусты с морковью          | 60               | 0,78                    | 1,94          | 3,87          | 36                            | 45-2017       | 4,26                              | 6,40                |
|                                  | Суп картофельный с мясными фрикадельками (200/25) | 225              | 7,64                    | 5,50          | 16,70         | 149                           | 137-2004      | 31,76                             | 47,62               |
|                                  | Рыба запеченная "Фиш-ка" (минтай)                 | 90               | 10,30                   | 12,87         | 3,75          | 214                           | ТК № О/6      | 38,54                             | 57,78               |
|                                  | Картофель отварной с зеленью                      | 150              | 3,05                    | 4,94          | 24,15         | 182                           | 634-2022      | 21,48                             | 32,22               |
|                                  | Сок натуральный                                   | 180              | 0,90                    |               | 18,18         | 76                            | Пром.         | 15,30                             | 19,89               |
|                                  | 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               |
| <b>Итого за рацион питания :</b> | <b>865</b>  | <b>27,07</b>     | <b>26,65</b>            | <b>105,45</b> | <b>842</b>    |                               | <b>125,35</b> | <b>181,54</b>                     |                     |
| Полдник                          | Расстегай с мясом                                 | 75               | 9,43                    | 8,04          | 22,48         | 267                           | П/9           | 23,27                             | 34,87               |
|                                  | Чай с молоком                                     | 180              | 1,44                    | 0,99          | 7,83          | 46                            | 54-4гн-2022   | 5,45                              | 8,17                |
|                                  | Фрукты свежие (апельсин)                          | 100              | 0,90                    | 0,20          | 8,10          | 43                            | Пром.11       | 17,60                             | 22,88               |
|                                  | <b>Итого за рацион питания :</b>                  | <b>355</b>       | <b>11,77</b>            | <b>9,23</b>   | <b>38,41</b>  | <b>356</b>                    |               | <b>46,32</b>                      | <b>65,92</b>        |
| <b>ВСЕГО :</b>                   |   | <b>1 725</b>     | <b>57,37</b>            | <b>54,64</b>  | <b>211,91</b> | <b>1 760</b>                  |               | <b>245,88</b>                     | <b>354,40</b>       |

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи



«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"

Руководитель общеобразовательной организации

/Краснодедов В. А.

/

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

Возраст: 12 и старше

Категория: 5-11 классы

Дата: 16.01.2025 Циклическое меню: Неделя: 2 День: 4

**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                          | Ассорти овощное вариант 2                         | 100              | 1,10                    | 0,14          | 3,85          | 20                            | №ТК АС/2      | 9,55                              | 13,26               |
|                                  | Омлет натуральный                                 | 210              | 16,75                   | 19,21         | 24,54         | 358                           | ТК            | 65,41                             | 98,12               |
|                                  | Чай с сахаром и лимоном                           | 200              | 0,30                    |               | 6,70          | 28                            | 54-3гн-2022   | 2,49                              | 3,73                |
|                                  | 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                |
|                                  | Кондитерские изделия (ирис)                       | 25               | 0,85                    | 1,95          | 23,30         | 120                           | Пром.         | 10,43                             | 13,56               |
|                                  | <b>Итого за рацион питания :</b>                  | <b>585</b>       | <b>22,3</b>             | <b>22,1</b>   | <b>82,39</b>  | <b>640</b>                    |               | <b>92,77</b>                      | <b>134,53</b>       |
| Обед                             | Салат из белокочанной капусты с морковью          | 100              | 1,31                    | 3,25          | 6,46          | 60                            | 45-2017       | 7,13                              | 10,67               |
|                                  | Суп картофельный с мясными фрикадельками (250/25) | 275              | 9,34                    | 6,72          | 20,41         | 182                           | 137-2004      | 34,31                             | 51,47               |
|                                  | Фишболы в томатном соусе (100/20)                 | 120              | 13,25                   | 11,05         | 6,40          | 208                           | №ТК/13        | 39,45                             | 59,17               |
|                                  | Картофель фри                                     | 200              | 2,11                    | 9,00          | 36,11         | 247                           | №648-22       | 28,76                             | 43,15               |
|                                  | Сок натуральный                                   | 200              | 1,00                    |               | 20,20         | 85                            | Пром.         | 17,00                             | 22,10               |
|                                  | 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               |
| <b>Итого за рацион питания :</b> | <b>1 055</b>                                      | <b>31,41</b>     | <b>31,42</b>            | <b>128,38</b> | <b>967</b>    |                               | <b>140,66</b> | <b>204,19</b>                     |                     |
| Подник                           | Расстегай с мясом                                 | 75               | 9,43                    | 8,04          | 22,48         | 267                           | П/9           | 23,27                             | 34,87               |
|                                  | Чай с молоком                                     | 200              | 1,60                    | 1,10          | 8,70          | 51                            | 54-4гн-2022   | 6,06                              | 9,09                |
|                                  | Фрукты свежие (апельсин)                          | 100              | 0,90                    | 0,20          | 8,10          | 43                            | Пром.11       | 17,60                             | 22,88               |
|                                  | <b>Итого за рацион питания :</b>                  | <b>375</b>       | <b>11,93</b>            | <b>9,34</b>   | <b>39,28</b>  | <b>361</b>                    |               | <b>46,93</b>                      | <b>66,84</b>        |
| <b>ВСЕГО :</b>                   |   | <b>2 015</b>     | <b>65,64</b>            | <b>62,86</b>  | <b>250,05</b> | <b>1 968</b>                  |               | <b>280,36</b>                     | <b>405,56</b>       |

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи