



ООО Комбинат Школьного Питания «Русь»

г. Краснодар, ул. Трудовой Славы, 36, тел. 237-49-02

Режим работы: с 9-00 до 16-00

«УТВЕРЖДЕНО»

Ген. Директор ООО КШП «Русь»

Качура Г. Ю.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

ФИО

И. П. Пилимова

Ежедневное меню

основного (организованного) питания

Возрастная категория питающихся: 7-11 лет

11.05.2023

Неделя по цикличному меню: I неделя

День по цикличному меню: четверг

Школа №74

I смена Горячее питание 7-11 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	Цена в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы			
З а в т р а к	Помидоры свежие	90	0,83	0,15	2,85	16,5	ТК	22,08
	Вок "Курица с рисом и овощами" (75/75)	150	8,4	15,45	28,05	215	ТК	56,48
	Кисель из плодов	200	0,89	0,06	32,75	154,6	ТК	10,25
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	ТК	9,49
	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,6	15	71,7	ТК	2,41
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,2	0,2	9	42	ТК	1,86
	Итого за завтрак:	590	13,82	16,86	97,45	546,80		102,57

II смена Горячее питание 7-11 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	Цена в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы			
О б е д	Салат из свежих огурцов с маслом растительным, зеленью	60	0,26	3,03	0,86	31,8	ТТК	12,10
	Борщ сибирский	200	3,12	3,44	12,8	94,4	111-04	13,82
	Омлет с овощами и маслом сливочным (170/10)	180	18,2	26,8	5,2	318,17	ТК	64,12
	Кофейный напиток	200	3,17	2,78	15,95	100,5	ТК	20,40
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	ТК	9,49
	Хлеб пшеничный	50	3,5	1	25	119,5	ТК	4,02
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,8	0,3	13,5	63	ТК	2,79
	Итого за обед:	820	30,45	37,75	83,11	774,37		126,74

Зав. Производством _____



ООО Комбинат Школьного Питания «Русь»
г. Краснодар, ул. Трудовой Славы, 36, тел. 237-49-02
Режим работы: с 9-00 до 16-00

«УТВЕРЖДЕНО»

Ген. Директор ООО КШП «Русь»

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации



Ежедневное меню
основного (организованного) питания

11.05.2023

Возрастная категория питающихся: с 12 лет и старше

Неделя по циклическому меню: I неделя

День по циклическому меню: четверг

Школа №74

I смена Горячее питание ОВЗ и инвалиды, Дети семей из числа мобилизованных, служащих по контракту, Льготники Бюджет С 12 лет и старше

Прим. пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	Цена в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Помидоры свежие	120	1,1	0,2	3,8	22	ТК	29,38
	Вок "Курица с овощами" (100/100)	200	11,2	20,6	37,4	286,67	ТК	74,28
	Кисель из плодов	200	0,89	0,06	32,75	122	ТК	10,25
	Печенье с какао в пром/упаковке (1 шт.)	20	1,2	3,6	13,8	92	ТК	7,76
	Хлеб пшеничный	50	3,5	1	25	119,5	ТК	4,02
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,8	0,3	13,5	63	ТК	2,79
Итого за завтрак:		620	19,69	25,76	126,25	705,17		128,48

I смена Горячее питание ОВЗ и инвалиды Бюджет С 12 лет и старше

Прим. пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	Цена в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы			
Обед	Сыр порционно (твердых сортов)	30	6,96	8,85	0	108	015-17	25,58
	Борщ сибирский	250	3,9	4,3	16	118	111-04	16,87
	Омлет с овощами и маслом сливочным (215/5)	220	20,5	34,6	5,89	352	ТК	73,44
	Кофейный напиток	200	3,17	2,78	15,95	100,5	ТК	20,40
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	ТК	9,49
	Хлеб пшеничный	60	4,2	1,2	30	143,4	ТК	4,82
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,4	0,4	18	84	ТК	3,72
Итого за обед:		900	41,53	52,53	95,64	952,9		154,32
Всего за завтрак и обед:		1520	61,22	78,29	221,89	1658,07		282,8

II смена Горячее питание ОВЗ и инвалиды, Дети семей из числа мобилизованных, служащих по контракту, Льготники Бюджет С 12 лет и старше

Прим. пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	Цена в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы			
Обед	Сыр порционно (твердых сортов)	30	6,96	8,85	0	108	015-17	25,58
	Борщ сибирский	250	3,9	4,3	16	118	111-04	16,87
	Омлет с овощами и маслом сливочным (215/5)	220	20,5	34,6	5,89	352	ТК	73,44
	Кофейный напиток	200	3,17	2,78	15,95	100,5	ТК	20,40
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	ТК	9,49
	Хлеб пшеничный	60	4,2	1,2	30	143,4	ТК	4,82
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,4	0,4	18	84	ТК	3,72
Итого за обед:		900	41,53	52,53	95,64	952,9		154,32

II смена Горячее питание ОВЗ и инвалиды Бюджет С 12 лет и старше

Прим. пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	Цена в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы			
Подник	Котлета говяжья, запеченная в тесте	100	11,99	10,41	33,17	274		40,09
	Сок натуральный пром/производства	200	1	0	20,2	84,8	389-07, ТК	16,50
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	ТК	9,49
	Итого за подник:		400	13,39	10,81	63,17	405,80	
Всего за обед и подник:		1300	54,92	63,34	158,81	1358,7		220,4

Зав. Производством _____



ООО Комбинат Школьного Питания «Русь»
г. Краснодар, ул. Трудовой Славы, 36, тел. 237-49-02

Режим работы: с 9:00 до 16:00

«УТВЕРЖДЕНО»

Ген. Директор ООО КШП «Русь»

Качура Г. Ю.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель образовательной организации

ФИО

Пелегова

Ежедневное меню
основного (организованного) питания

11.05.2023

Школа №74

Возрастная категория питающихся: 7-11 лет

Неделя по цикличному меню: I неделя

День по цикличному меню: четверг

I смена Горячее питание ОВЗ и инвалиды 7-11 лет

Прим пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	Цена в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Помидоры свежие	90	0,83	0,15	2,85	16,5	ТК	22,08
	Вок "Курица с рисом и овощами" (75/75)	150	8,4	15,45	28,05	215	ТК	56,48
	Кисель из плодов	200	0,89	0,06	32,75	154,6	ТК	10,25
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	ТК	9,49
	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,6	15	71,7	ТК	2,41
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,2	0,2	9	42	ТК	1,86
	Итого за завтрак:	590	13,82	16,86	97,45	546,80		102,57

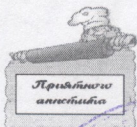
Прим пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	Цена в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы			
Обед	Салат из свежих огурцов с маслом растительным, зеленью	60	0,26	3,03	0,86	31,8	ТТК	12,10
	Борщ сибирский	200	3,12	3,44	12,8	94,4	111-04	13,82
	Омлет с овощами и маслом сливочным (170/10)	180	18,2	26,8	5,2	318,17	ТК	64,12
	Кофейный напиток	200	3,17	2,78	15,95	100,5	ТК	20,40
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	ТК	9,49
	Хлеб пшеничный	50	3,5	1	25	119,5	ТК	4,02
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,8	0,3	13,5	63	ТК	2,79
	Итого за обед:	820	30,45	37,75	83,11	774,37		126,74
Всего за завтрак и обед:	1410	44,27	54,61	180,56	1321,17		229,31	

II смена Горячее питание ОВЗ и инвалиды 7-11 лет

Прим пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	Цена в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы			
Обед	Салат из свежих огурцов с маслом растительным, зеленью	60	0,26	3,03	0,86	31,8	ТТК	12,10
	Борщ сибирский	200	3,12	3,44	12,8	94,4	111-04	13,82
	Омлет с овощами и маслом сливочным (170/10)	180	18,2	26,8	5,2	318,17	ТК	64,12
	Кофейный напиток	200	3,17	2,78	15,95	100,5	ТК	20,40
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	ТК	9,49
	Хлеб пшеничный	50	3,5	1	25	119,5	ТК	4,02
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,8	0,3	13,5	63	ТК	2,79
	Итого за обед:	820	30,45	37,75	83,11	774,37		126,74

Прим пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	Цена в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы			
Подник	Котлета говяжья, запеченная в тесте	100	11,99	10,41	33,17	274	420-17	40,09
	Сок натуральный пром/производства	200	1	0	20,2	84,8	389-07, ТК	16,50
	Итого за подник:	300	12,99	10,41	53,37	358,8		56,59
Всего за обед и подник:	1120	43,44	48,16	136,48	1133,17		183,33	

Зав. Производством _____



ООО Комбинат Школьного Питания «Русь»

г. Краснодар, ул. Трудовой Славы, 36, тел. 237-49-02

Режим работы с 9.00 до 16.00

«УТВЕРЖДЕНО»

Ген. Директор ООО КШП «Русь»

Качура Г. Ю.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

ФИО

Ежедневное меню

основного (организованного) питания

Возрастная категория питающихся: с 12 лет и старше

11.05.2023

Неделя по цикличному меню: I неделя

День по цикличному меню: четверг

Школа №74

Комплексы свободного выбора для старшеклассников С 12 лет и старше

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	Цена в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы			
1 к о м п л е к с	Огурцы свежие	60	0,35	0,05	0,95	6	ТК	10,98
	Отбивная из филе ЦБ	75	32,85	15,9	2,8	150	ТК	45,12
	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	130	4,15	3,85	26,77	211,3	302-17	13,20
	Кисель из плодов	200	0,89	0,06	32,75	154,6	ТК	10,25
	Печенье с какао в пром/упаковке (1 шт.)	20	1,2	3,6	13,8	92	ТК	7,76
	Хлеб пшеничный	35	2,45	0,7	17,5	83,65	ТК	2,83
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,2	0,2	9	42	ТК	1,86
	Итого:	540	43,09	24,32	103,61	739,54		92,00

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	Цена в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы			
2 к о м п л е к с	Салат из свежих помидоров с маслом растительным, зеленью	40	0,4	2,48	1,44	29,6	ТТК	10,98
	Плов из говядины (40/100)	140	15,12	14,84	26,41	245	443-04, ТК	57,58
	Кисель из плодов	200	0,89	0,06	32,75	154,6	ТК	10,25
	Печенье с какао в пром/упаковке (1 шт.)	20	1,2	3,6	13,8	92	ТК	7,76
	Хлеб пшеничный	44	3,15	0,90	22,50	107,55	ТК	3,57
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,2	0,2	9	42	ТК	1,86
	Итого:	464	21,96	22,08	105,9	670,75		92,00

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	Цена в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы			
3 к о м п л е к с	Огурцы свежие	60	0,35	0,05	0,95	6	ТК	10,98
	Вок "Курица с рисом и овощами" (75/100)	175	9,8	18,03	32,73	250,9	ТК	59,16
	Кисель из плодов	200	0,89	0,06	32,75	154,6	ТК	10,25
	Печенье с какао в пром/упаковке (1 шт.)	20	1,2	3,6	13,8	92	ТК	7,76
	Хлеб пшеничный	25	1,75	0,50	12,50	59,75	ТК	1,99
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,2	0,2	9	42	ТК	1,86
	Итого:	500	15,19	22,44	101,73	605,25		92,00

Зав. Производством _____