



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: 7-11 лет

15.05.2023

Неделя по цикличному меню: II неделя

День по цикличному меню: понедельник

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 / горошек зеленый консервированный (50/50)	100	2,06	0,19	4,9	29,17	ТК	28,87
	Омлет натуральный с маслом сливочным (140/10)	150	13,94	24,83	2,64	289,66	210-17	52,44
	Кефир	180	5,22	4,5	7,2	90	386-17, ТК	17,28
	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:	580	24,92	30,72	48,54	569,53		112,35

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	Кукуруза консервированная	60	1,8	2,28	3,18	40,2	ТТК	24,50
	Суп картофельный с клецками	200	2,85	3,67	14,83	115,4	108-17	10,96
	Шницель говяжий	100	15	22	13,02	278,67	268-17	54,89
	Пюре картофельное	150	3,2	5,2	19,8	138,78	54-11г-20, ТК	19,30
	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
	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:	890	29,55	34,85	119,33	887,35		142,45	

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



Качура Г. Ю.



Ежедневное меню
 основного (организованного) питания
 15.05.2023

Школа №74

Комплексы свободного выбора для старшеклассников с 12 лет и старше

Возрастная категория питающихся: с 12 лет и старше
 Неделя по цикличному меню: II неделя
 День по цикличному меню: понедельник

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	Цена в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы			
1 Комплекс	Салат из молодой капусты с маслом растительным, зеленью	60	13,2	3,71	1,73	45,6	ТТК	10,31
	Птица запеченная (бедро ЦБ)	70	24,56	3,91	1,75	100,8	ТТК	36,55
	Пюре картофельное	100	2,13	3,47	13,2	92,53	54-11г-20, ТК	12,86
	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,56	118,9	382-17	12,91
	Блинчик с джемом (47/10)	57	2,20	1,17	15,61	81,67	ТК	13,78
	Хлеб пшеничный	46	3,15	0,90	22,50	107,55	ТК	3,73
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,2	0,2	9	42	ТК	1,86
Итого:	553	50,52	16,9	81,35	589,04		92,00	

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	Цена в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы			
2 Комплекс	Помидоры свежие	40	0,37	0,07	1,27	7,33	ТК	10,31
	Омлет натуральный с маслом сливочным (140/5)	145	13,48	24	2,55	280,32	210-17	47,44
	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,56	118,9	382-17	12,91
	Блинчик с джемом (47/10)	57	2,20	1,17	15,61	81,67	ТК	13,78
	Хлеб пшеничный	59	4,2	1,2	30	143,4	ТК	4,77
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,8	0,3	13,5	63	ТК	2,79
Итого:	531	26,13	30,28	80,49	694,61		92,00	

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	Цена в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы			
Зав. Производством	Помидоры свежие	40	0,37	0,07	1,27	7,33	ТК	10,31
	Шницель говяжий	70	10,5	15,4	9,11	195,1	268-17	38,42
	Картофель отварной	100	2	5,1	15,9	121	518-04	13,36
	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,56	118,9	382-17	12,91
	Блинчик с джемом (47/10)	57	2,20	1,17	15,61	81,67	ТК	13,78
	Хлеб пшеничный	17	1,05	0,3	7,5	35,85	ТК	1,36
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,2	0,2	9	42	ТК	1,86
Итого:	504	21,4	25,78	75,95	601,84		92,00	