

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

Режим работы: с 9-00 до 16-00

«УТВЕРЖДЕНО»

Ген. Директор ООО КШН «Русь»

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

ФИО

Ежедневное меню

Возрастная категория питающихся: с 12 лет и старше

18.04.2023

Неделя по цикличному меню: II неделя

День по цикличному меню: вторник

Школа №74

Комплексы свободного выбора для старшеклассников с 12 лет и старше

Приём пищи	92,00	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	Цена в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Огурцы соленые	50	0,4	0,05	0,85	5	ТК	8,33
	Плов из говядины (50/100)	150	16,2	15,9	28,3	262,5	443-04, ТК	68,12
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	10	40	ТК	3,17
	Печенье с апельсиновой начинкой в пром/упаковке (1 шт.)	20	1,2	3,4	1,4	92	ТК	7,76
	Хлеб пшеничный	34	2,45	0,7	17,5	83,65	ТК	2,76
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,2	0,2	9	42	ТК	1,86
Итого:	474	21,52	20,27	67,05	525,15		92,00	

Приём пищи	92,00	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	Цена в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Огурцы соленые	50	0,4	0,05	0,85	5	ТК	8,33
	Тефтели из мяса птицы (120/30)	150	8,37	9,12	10,80	168,75	ТТК	46,86
	Картофель отварной	160	3,2	8,16	25,44	193,6	518-04	21,02
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	10	40	ТК	3,17
	Печенье с апельсиновой начинкой в пром/упаковке (1 шт.)	20	1,2	3,4	1,4	92	ТК	7,76
	Хлеб пшеничный	37	2,45	0,7	17,5	83,65	ТК	3,00
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,2	0,2	9	42	ТК	1,86	
Итого:	637	16,89	21,65	74,99	625		92,00	

Приём пищи	92,00	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	Цена в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Салат из квашенной капусты с маслом растительным, зеленью	50	0,65	2,5	4	42	ТТК	8,33
	Рагу из филе птицы (80/100)	180	16,08	8,83	18,36	203,4	210-03, ТК	64,58
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	10	40	ТК	3,17
	Печенье с апельсиновой начинкой в пром/упаковке (1 шт.)	20	1,2	3,4	1,4	92	ТК	7,76
	Хлеб пшеничный	67	4,55	1,3	32,5	155,35	ТК	5,37
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,8	0,3	13,5	63	ТК	2,79
Итого:	547	24,35	16,35	79,76	595,75		92,00	

Зав. Производством _____



Ежедневное меню основного (организованного) питания

Возрастная категория питающихся: 7-11 лет
Неделя по цикличному меню: II неделя
День по цикличному меню: вторник

18.04.2023
Школа №74

I смена Горячее питание ОВЗ и инвалиды 7-11 лет

Пример пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	Цена в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Огурцы соленые	100	0,8	0,1	1,7	10	ТК	16,65
	Рагу из филе птицы (50/100)	150	13,4	7,36	15,3	169,7	210-03, ТК	45,14
	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107	ТК	12,91
	Пряник «Палочки-считалочки» в пром/упаковке (1 шт.)	25	1,25	1,25	17,5	87,5	ТК	14,21
	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:		505	22,42	12,7	74,32	487,9		93,18

Пример пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	Цена в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы			
Обед	Помидоры свежие	60	0,55	0,1	1,9	11	ТК	16,47
	Борщ со свежей капустой	200	1,26	3,50	5,00	56,60	93-18	6,90
	Плов из говядины (50/100)	150	16,2	15,9	28,3	262,5	443-04, ТК	68,12
	Кисель из ягод свежемороженых	200	0,1	0,1	18,5	75	ТК	10,25
	Шоколад «Аленка» в пром/упаковке (1 шт.)	15	1,05	4,8	8,4	81	ТК	15,02
	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:		805	24,86	26,1	110,4	715,6		133,06
Всего за завтрак и обед:		1310	47,28	38,8	184,72	1203,5		226,24

II смена Горячее питание ОВЗ и инвалиды 7-11 лет

Пример пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	Цена в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы			
Обед	Помидоры свежие	60	0,55	0,1	1,9	11	ТК	16,47
	Борщ со свежей капустой	200	1,26	3,50	5,00	56,60	93-18	6,90
	Плов из говядины (50/100)	150	16,2	15,9	28,3	262,5	443-04, ТК	68,12
	Кисель из ягод свежемороженых	200	0,1	0,1	18,5	75	ТК	10,25
	Шоколад «Аленка» в пром/упаковке (1 шт.)	15	1,05	4,8	8,4	81	ТК	15,02
	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:		805	24,86	26,1	110,4	715,6		133,06

Пример пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	Цена в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы			
Поддник	Котлета куриная, запеченная в тесте	100	11,99	10,41	33,17	233,88	ТК	34,27
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	20	40	ТК	3,17
	Шоколад «Аленка» в пром/упаковке (1 шт.)	15	1,05	4,8	8,4	81	ТК	15,02
Итого за поддник:		315	13,11	15,23	61,57	354,88		52,46
Всего за обед и поддник:		1120	37,97	41,33	171,97	1070,48		185,52

Режим работы: с 9-00 до 16-00

«УТВЕРЖДЕНО»

Ген. Директор ООО КШП «Русь»

Кичура Г. Ю.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

ФИО

Ежедневное меню

основного (организованного) питания

Возрастная категория питающихся: 7-11 лет

18.04.2023

Неделя по цикличному меню: II неделя

День по цикличному меню: вторник

Школа №74

I смена Горячее питание 7-11 лет

Приним пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	Цена в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Огурцы соленые	100	0,8	0,1	1,7	10	ТК	16,65
	Рагу из филе птицы (50/100)	150	13,4	7,36	15,3	169,7	210-03, ТК	45,14
	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107	ТК	12,91
	Пряник «Палочки-считалочки» в пром/упаковке (1 шт.)	25	1,25	1,25	17,5	87,5	ТК	14,21
	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:		505	22,42	12,70	74,32	487,90		93,18

II смена Горячее питание 7-11 лет

Приним пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	Цена в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы			
Обед	Помидоры свежие	60	0,55	0,1	1,9	11	ТК	16,47
	Борщ со свежей капустой	200	1,26	3,50	5,00	56,60	93-18	6,90
	Плов из говядины (50/100)	150	16,2	15,9	28,3	262,5	443-04, ТК	68,12
	Кисель из ягод свежемороженых	200	0,1	0,1	18,5	75	ТК	10,25
	Шоколад «Аленка» в пром/упаковке (1 шт.)	15	1,05	4,8	8,4	81	ТК	15,02
	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:		805	24,86	26,1	110,4	715,6		133,06

Зав. Производством _____

«УТВЕРЖДЕНО»

Ген. Директор ООО КШП «Русь»

Кичура Г. Ю.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

ФИО

Ежедневное меню**основного (организованного) питания**

Возрастная категория питающихся: 7-11 лет

18.04.2023

Неделя по цикличному меню: II неделя

День по цикличному меню: вторник

Школа №74

I смена Горячее питание 7-11 лет

Привы пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	Цена в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Огурцы соленые	100	0,8	0,1	1,7	10	ТК	16,65
	Рагу из филе птицы (50/100)	150	13,4	7,36	15,3	169,7	210-03, ТК	45,14
	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107	ТК	12,91
	Пряник «Палочки-считалочки» в пром/упаковке (1 шт.)	25	1,25	1,25	17,5	87,5	ТК	14,21
	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:		505	22,42	12,70	74,32	487,90		93,18

II смена Горячее питание 7-11 лет

Привы пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	Цена в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы			
Обед	Помидоры свежие	60	0,55	0,1	1,9	11	ТК	16,47
	Борщ со свежей капустой	200	1,26	3,50	5,00	56,60	93-18	6,90
	Плов из говядины (50/100)	150	16,2	15,9	28,3	262,5	443-04, ТК	68,12
	Кисель из ягод свежемороженых	200	0,1	0,1	18,5	75	ТК	10,25
	Шоколад «Аленка» в пром/упаковке (1 шт.)	15	1,05	4,8	8,4	81	ТК	15,02
	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:		805	24,86	26,1	110,4	715,6		133,06

Зав. Производством _____