

«УТВЕРЖДЕНО»

Ген. Директор ООО КШП «Русь»

Качура Г. Ю.

«СОГЛАСОВАНО»

Директор МАОУ СОШ №74  
Руководитель общеобразовательной организации

Ремизова М. Ю.

ФИО

## Ежедневное меню основного (организованного) питания

Возрастная категория питающихся: 7-11 лет

19.04.2023

Неделя по цикличному меню: II неделя

День по цикличному меню: среда

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	Котлета рыбная (филе минтая)	100	14,8	13,9	11,8	164	234-17, ТК	37,29
	Картофель отварной	150	3	7,65	23,85	181,5	518-04	19,03
	Сок натуральный пром/производства	180	0,9	0	18,18	76,32	389-17, ТК	14,85
	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
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>580</b>	<b>22,40</b>	<b>22,75</b>	<b>87,63</b>	<b>582,52</b>		<b>84,93</b>

### 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	Огурцы свежие	60	0,35	0,05	0,95	6	ТК	16,47
	Суп с макаронными изделиями	200	1,91	4,06	10,4	96,8	147-04	7,85
	Филе птицы, тушенное в сметанном соусе (70/25)	95	14,69	5,57	3,1	219,5	ТК	49,91
	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	150	4,79	4,44	30,89	243,75	302-17	15,22
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,07	0,02	10	42	ТК	4,38
	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
<b>Итого за обед:</b>		<b>785</b>	<b>27,11</b>	<b>15,44</b>	<b>93,84</b>	<b>790,55</b>		<b>100,64</b>

Зав. Производством \_\_\_\_\_

«УТВЕРЖДЕНО»  
Ген. Директор ООО КШП «Русь»

Катюра Г. Ю.

«СОГЛАСОВАНО»  
Директор МАОУ СОШ №74  
Руководитель общеобразовательной организации  
Рамизова М. Ю.

ФИО

**Ежедневное меню**  
основного (организованного) питания

19.04.2023

Школа №74

Возрастная категория питающихся: 7-11 лет

Неделя по цикличному меню: II неделя

День по цикличному меню: среда

I смена Горячее питание ОБЗ и инвалиды 7-11 лет

Приним 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	Котлета рыбная (филе минтая)	100	14,8	13,9	11,8	164	234-17, ТК	37,29
	Картофель отварной	150	3	7,65	23,85	181,5	518-04	19,03
	Сок натуральный пром/производства	180	0,9	0	18,18	76,32	389-17, ТК	14,85
	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
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>580</b>	<b>22,40</b>	<b>22,75</b>	<b>87,63</b>	<b>582,52</b>		<b>84,93</b>

Приним пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	Цена в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы			
О б е д	Огурцы свежие	60	0,35	0,05	0,95	6	ТК	16,47
	Суп с макаронными изделиями	200	1,91	4,06	10,4	96,8	147-04	7,85
	Филе птицы, тушенное в сметанном соусе (70/25)	95	14,69	5,57	3,1	219,5	ТК	49,91
	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	150	4,79	4,44	30,89	243,75	302-17	15,22
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,07	0,02	10	42	ТК	4,38
	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
<b>Итого за обед:</b>	<b>785</b>	<b>27,11</b>	<b>15,44</b>	<b>93,84</b>	<b>790,55</b>		<b>100,64</b>	
<b>Всего за завтрак и обед:</b>	<b>1365</b>	<b>49,51</b>	<b>38,19</b>	<b>181,47</b>	<b>1373,07</b>		<b>185,57</b>	

II смена Горячее питание ОБЗ и инвалиды 7-11 лет

Приним пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	Цена в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы			
О б е д	Огурцы свежие	60	0,35	0,05	0,95	6	ТК	16,47
	Суп с макаронными изделиями	200	1,91	4,06	10,4	96,8	147-04	7,85
	Филе птицы, тушенное в сметанном соусе (70/25)	95	14,69	5,57	3,1	219,5	ТК	49,91
	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	150	4,79	4,44	30,89	243,75	302-17	15,22
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,07	0,02	10	42	ТК	4,38
	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
	<b>Итого за обед:</b>	<b>785</b>	<b>27,11</b>	<b>15,44</b>	<b>93,84</b>	<b>790,55</b>		<b>100,64</b>

Приним пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	Цена в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы			
Полдник	Расстегай с мясом (говядина)	100	15,57	10,72	29,97	266,9	743-04	31,85
	Сок натуральный пром/производства	200	0,9	0	18,18	84,8	389-17, ТК	16,50
	<b>Итого за полдник:</b>	<b>300</b>	<b>16,47</b>	<b>10,72</b>	<b>48,15</b>	<b>351,7</b>		<b>48,35</b>
<b>Всего за обед и полдник:</b>	<b>1085</b>	<b>43,58</b>	<b>26,16</b>	<b>141,99</b>	<b>1142,25</b>		<b>148,99</b>	

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»

Катура Г. Ю.

«СОГЛАСОВАНО»

Директор МАОУ СОШ №74

Демизова М. Ю.

ФИО

## Ежедневное меню

19.04.2023

Возрастная категория питающихся: с 12 лет и старше

Неделя по цикличному меню: II неделя

День по цикличному меню: среда

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			
1 к о м п л е к с	Помидоры свежие	30	0,28	0,05	0,95	5,5	ТК	8,37
	Поджарка из филе ЦБ (50/15)	65	12,10	7,5	2,7	155	209/03	37,42
	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	150	4,79	4,44	30,89	243,8	302-17	15,22
	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	39	2,8	0,8	20	95,6	ТК	3,14
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,2	0,2	9	42	ТК	1,86
<b>Итого:</b>	<b>604</b>	<b>22,57</b>	<b>13,34</b>	<b>93,54</b>	<b>673,65</b>		<b>92,00</b>	

Приём пищи	92,00	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	Огурцы свежие	30	0,18	0,03	0,48	3	ТК	8,37
	Птица запеченная (голень ЦБ)	90	31,58	5,03	2,25	129,6	ТТК	48,63
	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	100	3,65	3,32	23,25	141	520	5,81
	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	17	1,05	0,3	7,5	35,85	ТК	1,34
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,2	0,2	9	42	ТК	1,86
<b>Итого:</b>	<b>557</b>	<b>39,06</b>	<b>9,28</b>	<b>72,48</b>	<b>483,25</b>		<b>92,00</b>	

Приём пищи	92,00	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	Помидоры свежие	30	0,28	0,05	0,95	5,5	ТК	8,37
	Котлета рыбная (филе минтая)	100	14,8	13,9	11,8	164	234-17, ТК	37,29
	Картофель отварной	130	2,6	6,63	20,67	157,3	518-04	17,08
	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	18	1,4	0,4	10	47,8	ТК	1,41
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,2	0,2	9	42	ТК	1,86
<b>Итого:</b>	<b>598</b>	<b>21,68</b>	<b>21,58</b>	<b>82,42</b>	<b>548,4</b>		<b>92,00</b>	

Зав. Производством \_\_\_\_\_

«СОГЛАСОВАНО»  
 Директор МАБУ СОШ №74  
 Руководитель образовательной организации

**Ежедневное меню**  
 основного (организованного) питания

19.04.2023

Школа №74

«УТВЕРЖДЕН»  
 Гек. Директор ООО КСБП «Русь»  
 Клебанг Ю.

Возрастная категория обучающихся: с 12 лет и старше  
 Неделя по календарному меню: III неделя  
 День по календарному меню: среда

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

Порядк. номер	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	Котлета рыбная (филе минтая)	100	14,8	13,9	11,8	164	234-17, 78	37,29
	Картофель отварной	180	3,6	9,18	28,62	217,8	518-04	22,56
	Сок натуральный пром./производства	180	0,9	0	18,18	76,32	288-17, 78	14,85
	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
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>640</b>	<b>25</b>	<b>24,78</b>	<b>106,9</b>	<b>687,62</b>		<b>91,00</b>

Порядк. номер	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 помидоров с маслом растительным, зеленью	100	1	6,2	3,6	74	ТТК	27,18
	Суп с макаронными изделиями	250	2,39	5,08	13	121	147-04	9,46
	Филе птицы, тушенное в сметанном соусе (100/20)	120	13,9	9,4	4,6	200,29	ТК	69,23
	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	180	5,75	5,33	37,07	248,4	302-17	18,27
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0	10,2	42	ТК	4,38
	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
<b>Итого за обед:</b>		<b>1050</b>	<b>30,17</b>	<b>28,01</b>	<b>126,27</b>	<b>960,09</b>		<b>146,55</b>
<b>Всего за завтрак и обед:</b>		<b>1690</b>	<b>55,17</b>	<b>52,79</b>	<b>233,17</b>	<b>1647,71</b>		<b>237,55</b>

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

Порядк. номер	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 помидоров с маслом растительным, зеленью	100	1	6,2	3,6	74	ТТК	27,18
	Суп с макаронными изделиями	250	2,39	5,08	13	121	147-04	9,46
	Филе птицы, тушенное в сметанном соусе (100/20)	120	13,9	9,4	4,6	200,29	ТК	69,23
	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	180	5,75	5,33	37,07	248,4	302-17	18,27
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0	10,2	42	ТК	4,38
	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
<b>Итого за обед:</b>		<b>1050</b>	<b>30,17</b>	<b>28,01</b>	<b>126,27</b>	<b>960,09</b>		<b>146,55</b>

Порядк. номер	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Цена в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы			
Полдник	Котлета куриная, запеченная в тесте	100	11,99	10,41	33,17	233,88	ТК	34,27
	Сок натуральный пром./производства	180	0,9	0	18,18	76,32	288-17, 78	14,85
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	ТК	9,49
	Шоколад «Аленка» в пром./упаковке (1 шт.)	15	1,05	4,8	8,4	81	ТК	15,02
	<b>Итого за полдник:</b>		<b>395</b>	<b>14,34</b>	<b>15,61</b>	<b>69,55</b>	<b>438,20</b>	
<b>Всего за обед и полдник:</b>		<b>1445</b>	<b>44,51</b>	<b>43,62</b>	<b>195,82</b>	<b>1398,29</b>		<b>220,18</b>