

«УТВЕРЖДЕНО»

Ген. Директор ООО КШП «Русь»

Качура Г. Ю.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

ФИО

**Ежедневное меню**

основного (организованного) питания

24.04.2023

Возрастная категория питающихся: с 12 лет и старше

Неделя по цикличному меню: I неделя

День по цикличному меню: понедельник

Школа №74

**Комплексы свободного выбора для старшеклассников с 12 лет и старше**

Прём 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	Салат из пекинской капусты с маслом растительным, зеленью	60	1,32	3,71	1,73	45,6	ТТК	10,26
	Птица запеченная (бедро ЦБ)	60	21,05	3,35	1,50	86,4	ТТК	31,31
	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	150	4,79	4,44	30,89	243,8	302-17	15,22
	Кофейный напиток	200	3,17	2,78	15,95	100,6	ТК	20,40
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	ТК	9,49
	Хлеб пшеничный	31	2,1	0,6	15	71,7	ТК	2,53
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,8	0,3	13,5	63	ТК	2,79
	<b>Итого:</b>	<b>631</b>	<b>34,63</b>	<b>15,58</b>	<b>88,37</b>	<b>658,05</b>		<b>92,00</b>

Прём 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	Горошек зеленый консервированный	30	0,93	0,06	1,95	12	ТТК	10,26
	Наггетсы куриные	60	4,38	4,56	19,08	140,4	ТК	35,63
	Макаронны отварные с маслом сливочным	180	6,84	6,96	41,28	236,40	520	10,45
	Кофейный напиток	200	3,17	2,78	15,95	100,6	ТК	20,40
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	ТК	9,49
	Хлеб пшеничный	37	2,45	0,7	17,5	83,65	ТК	2,98
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,8	0,3	13,5	63	ТК	2,79
	<b>Итого:</b>	<b>637</b>	<b>19,97</b>	<b>15,76</b>	<b>119,06</b>	<b>683,05</b>		<b>92,00</b>

Прём 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	Сыр порционно (твердых сортов)	35	7,89	10,03	0	122,4	015-17	29,70
	Каша вязкая молочная из крупы гречневой с маслом сливочным (190/10)	200	5,71	10,33	40,9	280	173-17, 174-17, 175-17	25,62
	Кофейный напиток	200	3,17	2,78	15,95	100,6	ТК	20,40
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	ТК	9,49
	Хлеб пшеничный	49	3,5	1	25	119,5	ТК	4,00
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,8	0,3	13,5	63	ТК	2,79
	<b>Итого:</b>	<b>614</b>	<b>22,47</b>	<b>24,84</b>	<b>105,15</b>	<b>732,5</b>		<b>92,00</b>

Зав. Производством

«УТВЕРЖДЕНО»

Ген. Директор ООО КШП «Русь»  
Качура Г. Ю.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

ФИО

**Ежедневное меню**  
основного (организованного) питания

24.04.2023

Школа №74

Возрастная категория питающихся: 7-11 лет

Неделя по цикличному меню: I неделя

День по цикличному меню: понедельник

## I смена Горячее питание ОВЗ и инвалиды 7-11 лет

Прим. пище	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	Цена в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Каша вязкая молочная из крупы гречневой с маслом сливочным (190/10)	200	5,71	10,33	40,9	280	173-17, 174-17, 175-17	25,62
	Кофейный напиток	200	3,17	2,78	15,95	100,6	ТК	20,40
	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>550</b>	<b>12,58</b>	<b>14,31</b>	<b>90,65</b>	<b>541,3</b>		<b>59,78</b>

Прим. пище	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	Цена в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы			
Обед	Салат из пекинской капусты с кукурузой консервированной, маслом растительным, зеленью	60	0,91	2,3	5,9	54	ТТК	13,90
	Борщ с капустой и картофелем	200	16,50	4,22	10,41	86,40	110-04	12,03
	Наггетсы куриные	100	7,3	7,6	31,82	233,83	ТК	59,38
	Макаронные отварные с овощами	150	5,17	5,99	28,52	188,4	205-17	6,98
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	10	40	ТК	3,17
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	ТК	9,49
	Хлеб пшеничный	40	2,8	0,8	20	95,6	ТК	3,22
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,8	0,3	13,5	63	ТК	2,79
<b>Итого за обед:</b>		<b>880</b>	<b>34,95</b>	<b>21,63</b>	<b>129,95</b>	<b>808,23</b>		<b>110,96</b>
<b>Всего за завтрак и обед:</b>		<b>1430</b>	<b>47,53</b>	<b>35,94</b>	<b>220,6</b>	<b>1349,53</b>		<b>170,74</b>

## II смена Горячее питание ОВЗ и инвалиды 7-11 лет

Прим. пище	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	Цена в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы			
Обед	Салат из пекинской капусты с кукурузой консервированной, маслом растительным, зеленью	60	0,91	2,3	5,9	54	ТТК	13,90
	Борщ с капустой и картофелем	200	16,50	4,22	10,41	86,40	110-04	12,03
	Наггетсы куриные	100	7,3	7,6	31,82	233,83	ТК	59,38
	Макаронные отварные с овощами	150	5,17	5,99	28,52	188,4	205-17	6,98
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	10	40	ТК	3,17
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	ТК	9,49
	Хлеб пшеничный	40	2,8	0,8	20	95,6	ТК	3,22
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,8	0,3	13,5	63	ТК	2,79
<b>Итого за обед:</b>		<b>880</b>	<b>34,95</b>	<b>21,63</b>	<b>129,95</b>	<b>808,23</b>		<b>110,96</b>

Прим. пище	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	Цена в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы			
Поддник	Кулебяка с капустой	100	6,03	5,83	31,23	202,86	742-04	19,00
	Кофейный напиток с молоком	200	3,16	2,7	15,95	100,6	ТК	20,40
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	ТК	9,49
	<b>Итого за поддник:</b>		<b>400</b>	<b>9,59</b>	<b>8,93</b>	<b>56,98</b>	<b>350,46</b>	
<b>Всего за обед и поддник:</b>		<b>1280</b>	<b>44,54</b>	<b>30,56</b>	<b>186,93</b>	<b>1158,69</b>		<b>159,85</b>

Зав. Производством \_\_\_\_\_



## Ежедневное меню основного (организованного) питания

Возрастная категория питающихся: с 12 лет и старше

24.04.2023

Неделя по цикличному меню: I неделя

День по цикличному меню: понедельник

Школа №74

**I смена Горячее питание ОВЗ и инвалиды, Дети семей из числа мобилизованных, служащих по контракту, Льготники Бюджет 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			
З а в т р а к	Сыр порционно (твердых сортов)	20	4,64	5,9	0	72	015-17	17,33
	Каша вязкая молочная из крупы гречневой с маслом сливочным (190/10)	200	5,71	10,33	40,9	280	173-17, 174-17, 175-17	25,62
	Кофейный напиток	200	3,17	2,78	15,95	100,6	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
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>600</b>	<b>19,22</b>	<b>20,71</b>	<b>105,15</b>	<b>682,1</b>		<b>79,65</b>

**I смена Горячее питание ОВЗ и инвалиды Бюджет 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			
О б е д	Борщ с капустой и картофелем	250	2,06	5,27	13,01	108	110-04	14,58
	Наггетсы куриные	100	7,3	7,6	31,82	233,83	ТК	59,38
	Макаронные отварные с овощами	180	6,2	7,19	34,22	226,08	205-17	7,69
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	10	40	ТК	3,17
	Пирожок печеный с печенью	75	11,68	8,04	22,48	143,4	406-17	28,37
	Хлеб пшеничный	40	2,8	0,8	20	95,6	ТК	3,22
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,4	0,4	18	84	ТК	3,72
<b>Итого за обед:</b>	<b>885</b>	<b>32,51</b>	<b>29,32</b>	<b>149,53</b>	<b>930,91</b>		<b>120,13</b>	
<b>Всего за завтрак и обед:</b>		<b>1485</b>	<b>51,73</b>	<b>50,03</b>	<b>254,68</b>	<b>1613,01</b>		<b>199,78</b>

**II смена Горячее питание ОВЗ и инвалиды, Дети семей из числа мобилизованных, служащих по контракту, Льготники Бюджет 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			
О б е д	Борщ с капустой и картофелем	250	2,06	5,27	13,01	108	110-04	14,58
	Наггетсы куриные	100	7,3	7,6	31,82	233,83	ТК	59,38
	Макаронные отварные с овощами	180	6,2	7,19	34,22	226,08	205-17	7,69
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	10	40	ТК	3,17
	Пирожок печеный с печенью	75	11,68	8,04	22,48	143,4	406-17	28,37
	Хлеб пшеничный	40	2,8	0,8	20	95,6	ТК	3,22
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,4	0,4	18	84	ТК	3,72
<b>Итого за обед:</b>	<b>885</b>	<b>32,51</b>	<b>29,32</b>	<b>149,53</b>	<b>930,91</b>		<b>120,13</b>	

**II смена Горячее питание ОВЗ и инвалиды Бюджет 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			
Полдник	Кулебяка с капустой (2/75)	150	9,05	8,75	46,85	324,29	742-04	28,52
	Кофейный напиток с молоком	200	3,16	2,7	15,95	100,6	ТК	20,40
	<b>Итого за полдник:</b>	<b>350</b>	<b>12,21</b>	<b>11,45</b>	<b>62,80</b>	<b>424,89</b>		<b>48,92</b>
<b>Всего за обед и полдник:</b>		<b>1235</b>	<b>44,72</b>	<b>40,77</b>	<b>212,33</b>	<b>1355,8</b>		<b>169,05</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»

Качура Г. Ю.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

ФИО

## Ежедневное меню основного (организованного) питания

Возрастная категория питающихся: 7-11 лет

24.04.2023

Неделя по циклическому меню: I неделя

День по циклическому меню: понедельник

Школа №74

### I смена Горячее питание 7-11 лет

Прим. 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	Каша вязкая молочная из крупы гречневой с маслом сливочным (190/10)	200	5,71	10,33	40,9	280	173-17, 174-17, 175-17	25,62
	Кофейный напиток	200	3,17	2,78	15,95	100,6	ТК	20,40
	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>550</b>	<b>12,58</b>	<b>14,31</b>	<b>90,65</b>	<b>541,3</b>		<b>59,78</b>

### II смена Горячее питание 7-11 лет

Прим. 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 пекинской капусты с кукурузой консервированной, маслом растительным, зеленью	60	0,91	2,3	5,9	54	ТТК	13,90
	Борщ с капустой и картофелем	200	16,50	4,22	10,41	86,40	110-04	12,03
	Наггетсы куриные	100	7,3	7,6	31,82	233,83	ТК	59,38
	Макаронные изделия отварные с овощами	150	5,17	5,99	28,52	188,4	205-17	6,98
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	10	40	ТК	3,17
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	ТК	9,49
	Хлеб пшеничный	40	2,8	0,8	20	95,6	ТК	3,22
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,8	0,3	13,5	63	ТК	2,79
	<b>Итого за обед:</b>	<b>880</b>	<b>34,95</b>	<b>21,63</b>	<b>129,95</b>	<b>808,23</b>		<b>110,96</b>

Зав. Производством \_\_\_\_\_