

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

26.04.2023

Неделя по цикличному меню: I 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     |                               |             |               |
| Завтрак    | Сыр порционно (твердых сортов)         | 20               | 4,64                    | 5,9          | 0            | 72                            | 015-17      | 17,33         |
|            | Пудинг из творога со сметаной (140/10) | 150              | 11,66                   | 13,79        | 22,6         | 302,5                         | 362-04      | 64,41         |
|            | 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          |
|            | <b>Итого за завтрак:</b>               | <b>500</b>       | <b>25,22</b>            | <b>25,39</b> | <b>63,60</b> | <b>625,20</b>                 |             | <b>112,78</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      |                               |             |               |
| Обед       | Огурцы свежие   | 60               | 0,35                    | 0,05         | 0,95          | 6                             | ТК          | 16,47         |
|            | Суп картофельный с горохом  | 200              | 4,96                    | 4,48         | 17,84         | 133,6                         | 139-04      | 11,82         |
|            | Шницель рыбный натуральный (филе минтая) с маслом сливочным (100/5) | 105              | 13,02                   | 14,51        | 7,98          | 230                           | 235-17      | 54,87         |
|            | Картофель отварной  | 150              | 3                       | 7,65         | 23,85         | 181,5                         | 518-04      | 19,48         |
|            | Какао с молоком   | 180              | 3,67                    | 3,19         | 15,82         | 107                           | ТК          | 12,91         |
|            | 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>775</b>       | <b>30,3</b>             | <b>31,18</b> | <b>104,94</b> | <b>840,6</b>                  |             | <b>122,36</b> |

Зав. Производством \_\_\_\_\_

Режим работы: с 9-00 до 16-00

«УТВЕРЖДЕНО»

Ген. Директор ООО КИЦП «Русь»  
Кабура Г. Ю.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

## Ежедневное меню

основного (организованного) питания

26.04.2023

Школа №74

Возрастная категория питающихся: 7-11 лет

Неделя по цикличному меню: I неделя

День по цикличному меню: среда

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

| Приём пищи | Наименование блюда                     | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |              |              | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры | Цена в рублях |
|------------|--|------------------|-------------------------|--------------|--------------|-------------------------------|-------------|---------------|
|            |  |                  | Белки                   | Жиры         | Углеводы     |                               |             |               |
| Завтрак    | Сыр порционно (твердых сортов)         | 20               | 4,64                    | 5,9          | 0            | 72                            | 015-17      | 17,33         |
|            | Пудинг из творога со сметаной (140/10) | 150              | 11,66                   | 13,79        | 22,6         | 302,5                         | 362-04      | 64,41         |
|            | 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          |
|            | <b>Итого за завтрак:</b>               | <b>500</b>       | <b>25,22</b>            | <b>25,39</b> | <b>63,60</b> | <b>625,20</b>                 |             | <b>112,78</b> |

| Приём пищи                      | Наименование блюда  | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |               |               | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры   | Цена в рублях |
|---------------------------------|---|------------------|-------------------------|---------------|---------------|-------------------------------|---------------|---------------|
|                                 |   |                  | Белки                   | Жиры          | Углеводы      |                               |               |               |
| Обед                            | Огурцы свежие   | 60               | 0,35                    | 0,05          | 0,95          | 6                             | ТК            | 16,47         |
|                                 | Суп картофельный с горохом  | 200              | 4,96                    | 4,48          | 17,84         | 133,6                         | 139-04        | 11,82         |
|                                 | Шницель рыбный натуральный (филе минтая) с маслом сливочным (100/5) | 105              | 13,02                   | 14,51         | 7,98          | 230                           | 235-17        | 54,87         |
|                                 | Картофель отварной  | 150              | 3                       | 7,65          | 23,85         | 181,5                         | 518-04        | 19,48         |
|                                 | Какао с молоком   | 180              | 3,67                    | 3,19          | 15,82         | 107                           | ТК            | 12,91         |
|                                 | 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>775</b>       | <b>30,3</b>             | <b>31,18</b>  | <b>104,94</b> | <b>840,6</b>                  |               | <b>122,36</b> |
| <b>Всего за завтрак и обед:</b> | <b>1275</b>   | <b>55,52</b>     | <b>56,57</b>            | <b>168,54</b> | <b>1465,8</b> |                               | <b>235,14</b> |               |

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

| Приём пищи | Наименование блюда  | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |              |               | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры | Цена в рублях |
|------------|---|------------------|-------------------------|--------------|---------------|-------------------------------|-------------|---------------|
|            |   |                  | Белки                   | Жиры         | Углеводы      |                               |             |               |
| Обед       | Огурцы свежие   | 60               | 0,35                    | 0,05         | 0,95          | 6                             | ТК          | 16,47         |
|            | Суп картофельный с горохом  | 200              | 4,96                    | 4,48         | 17,84         | 133,6                         | 139-04      | 11,82         |
|            | Шницель рыбный натуральный (филе минтая) с маслом сливочным (100/5) | 105              | 13,02                   | 14,51        | 7,98          | 230                           | 235-17      | 54,87         |
|            | Картофель отварной  | 150              | 3                       | 7,65         | 23,85         | 181,5                         | 518-04      | 19,48         |
|            | Какао с молоком   | 180              | 3,67                    | 3,19         | 15,82         | 107                           | ТК          | 12,91         |
|            | 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>775</b>       | <b>30,3</b>             | <b>31,18</b> | <b>104,94</b> | <b>840,6</b>                  |             | <b>122,36</b> |

| Приём пищи | Наименование блюда             | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |              |               | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры | Цена в рублях |
|------------|--------------------------------|------------------|-------------------------|--------------|---------------|-------------------------------|-------------|---------------|
|            |                                |                  | Белки                   | Жиры         | Углеводы      |                               |             |               |
| Подник     | Ватрушка с творогом            | 100              | 12,3                    | 7,31         | 38,9          | 269,33                        | 410-17      | 35,31         |
|            | Кефир                          | 200              | 5,8                     | 5            | 8             | 100                           | 386-17, ТК  | 19,24         |
|            | <b>Итого за подник:</b>        | <b>300</b>       | <b>18,1</b>             | <b>12,31</b> | <b>46,9</b>   | <b>369,33</b>                 |             | <b>54,55</b>  |
|            | <b>Всего за обед и подник:</b> | <b>1075</b>      | <b>48,4</b>             | <b>43,49</b> | <b>151,84</b> | <b>1209,93</b>                |             | <b>176,91</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



**Ежедневное меню**  
основного (организованного) питания

26.04.2023

Школа №74

Возрастная категория питающихся: с 12 лет и старше  
Неделя по цикличному меню: I неделя  
День по цикличному меню: среда

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

| Приним. лица                    | Наименование блюда                    | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |              |              | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры | Цена в рублях |
|---------------------------------|---------------------------------------|------------------|-------------------------|--------------|--------------|-------------------------------|-------------|---------------|
|                                 |                                       |                  | Белки                   | Жиры         | Углеводы     |                               |             |               |
| З<br>а<br>в<br>т<br>р<br>а<br>к | Сыр порционно (твердых сортов)        | 10               | 2,32                    | 2,95         | 0            | 36                            | 015-17      | 9,08          |
|                                 | Пудинг из творога со сметаной (200/5) | 205              | 16,6                    | 19,7         | 32,27        | 402,3                         | 362-04      | 89,31         |
|                                 | Кефир                                 | 200              | 5,8                     | 5            | 8            | 100                           | 386-17, ТК  | 19,24         |
|                                 | 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                  | 30               | 1,8                     | 0,3          | 13,5         | 63                            | ТК          | 2,79          |
|                                 | <b>Итого за завтрак:</b>              | <b>575</b>       | <b>29,02</b>            | <b>28,95</b> | <b>78,57</b> | <b>720</b>                    |             | <b>132,32</b> |

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

| Приним. лица                    | Наименование блюда  | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |               |                | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры   | Цена в рублях |
|---------------------------------|---|------------------|-------------------------|---------------|----------------|-------------------------------|---------------|---------------|
|                                 |   |                  | Белки                   | Жиры          | Углеводы       |                               |               |               |
| О<br>б<br>е<br>д                | Суп картофельный с горохом  | 250              | 6,2                     | 5,6           | 22,3           | 167                           | 139-04        | 14,32         |
|                                 | Шницель рыбный натуральный (филе минтая) с маслом сливочным (100/5) | 105              | 13,02                   | 14,51         | 7,98           | 230                           | 235-17        | 54,87         |
|                                 | Картофель отварной  | 180              | 3,6                     | 9,18          | 28,62          | 217,8                         | 518-04        | 23,01         |
|                                 | Какао с молоком   | 200              | 4,08                    | 3,54          | 17,58          | 118,89                        | ТК            | 14,35         |
|                                 | 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  | 50               | 3                       | 0,5           | 22,5           | 105                           | ТК            | 4,65          |
|                                 | <b>Итого за обед:</b>   | <b>935</b>       | <b>33,8</b>             | <b>34,73</b>  | <b>133,78</b>  | <b>1005,19</b>                |               | <b>124,71</b> |
| <b>Всего за завтрак и обед:</b> | <b>1510</b>   | <b>62,82</b>     | <b>63,68</b>            | <b>212,35</b> | <b>1725,19</b> |                               | <b>257,03</b> |               |

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

| Приним. лица     | Наименование блюда  | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |              |               | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры | Цена в рублях |
|------------------|---|------------------|-------------------------|--------------|---------------|-------------------------------|-------------|---------------|
|                  |   |                  | Белки                   | Жиры         | Углеводы      |                               |             |               |
| О<br>б<br>е<br>д | Суп картофельный с горохом  | 250              | 6,2                     | 5,6          | 22,3          | 167                           | 139-04      | 14,32         |
|                  | Шницель рыбный натуральный (филе минтая) с маслом сливочным (100/5) | 105              | 13,02                   | 14,51        | 7,98          | 230                           | 235-17      | 54,87         |
|                  | Картофель отварной  | 180              | 3,6                     | 9,18         | 28,62         | 217,8                         | 518-04      | 23,01         |
|                  | Какао с молоком   | 200              | 4,08                    | 3,54         | 17,58         | 118,89                        | ТК          | 14,35         |
|                  | 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  | 50               | 3                       | 0,5          | 22,5          | 105                           | ТК          | 4,65          |
|                  | <b>Итого за обед:</b>   | <b>935</b>       | <b>33,8</b>             | <b>34,73</b> | <b>133,78</b> | <b>1005,19</b>                |             | <b>124,71</b> |

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

| Приним. лица                    | Наименование блюда       | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |               |                | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры | Цена в рублях |
|---------------------------------|--------------------------|------------------|-------------------------|---------------|----------------|-------------------------------|-------------|---------------|
|                                 |                          |                  | Белки                   | Жиры          | Углеводы       |                               |             |               |
| П<br>о<br>д<br>д<br>н<br>и<br>к | Ватрушка с творогом      | 100              | 12,3                    | 7,31          | 38,9           | 269,33                        | 410-17      | 35,31         |
|                                 | Кефир                    | 250              | 7,25                    | 6,25          | 10             | 125                           | 386-17, ТК  | 23,98         |
|                                 | <b>Итого за поддник:</b> | <b>350</b>       | <b>19,55</b>            | <b>13,56</b>  | <b>48,90</b>   | <b>394,33</b>                 |             | <b>59,29</b>  |
| <b>Всего за обед и поддник:</b> | <b>1285</b>              | <b>53,35</b>     | <b>48,29</b>            | <b>182,68</b> | <b>1399,52</b> |                               | <b>184</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

26.04.2023

Возрастная категория питающихся: с 12 лет и старше

Неделя по цикличному меню: I неделя

День по цикличному меню: среда

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<br>к<br>о<br>м<br>п<br>л<br>е<br>к<br>с | Огурцы свежие         | 60               | 0,35                    | 0,05        | 0,95         | 6                             | ТК          | 16,33         |
|   | Котлета из мяса птицы | 100              | 18,11                   | 10,40       | 13,40        | 168,40                        | ТК          | 40,74         |
|   | Картофель отварной    | 130              | 2,6                     | 6,63        | 20,67        | 157,3                         | 518-04      | 17,66         |
|   | 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        | 34               | 2,45                    | 0,7         | 17,5         | 83,65                         | ТК          | 2,75          |
|   | Хлеб ржано-пшеничный  | 20               | 1,2                     | 0,2         | 9            | 42                            | ТК          | 1,86          |
|   | <b>Итого:</b>         | <b>644</b>       | <b>25,18</b>            | <b>18,4</b> | <b>81,32</b> | <b>544,35</b>                 |             | <b>92,00</b>  |

| Приём пищи                                | Наименование блюда                    | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |              |              | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры | Цена в рублях |
|---|---------------------------------------|------------------|-------------------------|--------------|--------------|-------------------------------|-------------|---------------|
|   |                                       |                  | Белки                   | Жиры         | Углеводы     |                               |             |               |
| 2<br>к<br>о<br>м<br>п<br>л<br>е<br>к<br>с | Кукуруза консервированная             | 40               | 1,2                     | 1,52         | 2,12         | 26,8                          | ТТК         | 16,33         |
|   | Птица запеченная (голень ЦБ)          | 90               | 31,58                   | 5,03         | 2,25         | 129,6                         | ТТК         | 48,63         |
|   | Макаронны отварные с маслом сливочным | 180              | 6,84                    | 6,96         | 41,28        | 236,40                        | 520         | 10,45         |
|   | 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                        | 26               | 1,75                    | 0,50         | 12,50        | 59,75                         | ТК          | 2,07          |
|   | Хлеб ржано-пшеничный                  | 20               | 1,2                     | 0,2          | 9            | 42                            | ТК          | 1,86          |
|   | <b>Итого:</b>                         | <b>656</b>       | <b>43,04</b>            | <b>14,63</b> | <b>86,95</b> | <b>581,55</b>                 |             | <b>92,00</b>  |

| Приём пищи                                | Наименование блюда                    | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |              |              | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры | Цена в рублях |
|---|---------------------------------------|------------------|-------------------------|--------------|--------------|-------------------------------|-------------|---------------|
|   |                                       |                  | Белки                   | Жиры         | Углеводы     |                               |             |               |
| 3<br>к<br>о<br>м<br>п<br>л<br>е<br>к<br>с | Сыр порционно (твердых сортов)        | 25               | 5,8                     | 7,38         | 0            | 90                            | 015-07      | 21,45         |
|   | Пудинг из творога со сметаной (120/5) | 125              | 9,71                    | 11,49        | 18,83        | 252,1                         | 362-04      | 54,16         |
|   | 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                        | 23               | 1,75                    | 0,50         | 12,50        | 59,75                         | ТК          | 1,87          |
|   | Хлеб ржано-пшеничный                  | 20               | 1,2                     | 0,2          | 9            | 42                            | ТК          | 1,86          |
|   | <b>Итого:</b>                         | <b>493</b>       | <b>18,93</b>            | <b>19,99</b> | <b>60,13</b> | <b>530,85</b>                 |             | <b>92,00</b>  |

Зав. Производством \_\_\_\_\_