



«УТВЕРЖДЕНО»
 Руководитель АНО «Школьное питание»

Краснодедов В. А.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

/

**Ежедневное меню
 основного (организованного) питания**

Возраст: 7-11 лет

Категория: 1-4 классы

Дата: 16.01.2025 Циклическое меню: Неделя: 2 День: 4

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	Цена продуктового набора в рублях	Цена всего в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы				
Завтрак	Ассорти овощное вариант 2	80	0,88	0,11	2,80	16	№ТК АС/2	7,47	10,40
	Омлет с картофелем (запеченный)	150	13,20	15,90	11,25	284	345-2004	48,54	72,81
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,30		6,70	28	54-3гн-2022	2,49	3,73
	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	72	Пром.1	2,77	3,32
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42	Пром.2	2,12	2,54
	Кондитерские изделия (ирис)	25	0,85	1,95	23,30	120	Пром.	10,43	13,56
	Итого за рацион питания :	505	18,53	18,76	68,05	562		73,82	106,36
Обед	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	0,78	1,94	3,87	36	45-2017	4,26	6,40
	Суп картофельный с мясными фрикадельками (200/25)	225	7,64	5,50	16,70	149	137-2004	31,76	47,62
	Рыба запеченная "Фиш-ка" (минтай)	90	10,30	12,87	3,75	214	ТК № О/6	38,54	57,78
	Картофель отварной с зеленью	150	3,05	4,94	24,15	182	634-2022	19,95	29,93
	Сок натуральный	180	0,90		18,18	76	Пром.	15,30	19,89
	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	96	Пром. 5	3,69	4,43
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42	Пром.2	2,12	2,54
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.3	8,20	10,66
Итого за рацион питания :	865	27,07	26,65	105,45	842		123,82	179,25	
Полдник	Расстегай с мясом	75	9,43	8,04	22,48	267	П/9	23,27	34,87
	Чай с молоком	180	1,44	0,99	7,83	46	54-4гн-2022	5,45	8,17
	Фрукты свежие (апельсин)	100	0,90	0,20	8,10	43	Пром.11	17,60	22,88
	Итого за рацион питания :	355	11,77	9,23	38,41	356		46,32	65,92
ВСЕГО :		1 725	57,37	54,64	211,91	1 760		243,96	351,53

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи

«УТВЕРЖДЕНО»

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель АНО «Школьное питание»

Руководитель общеобразовательной организации

Краснодедов В. А.

/

**Ежедневное меню
основного (организованного) питания**

Возраст: 12 и старше

Категория: 5-7 классы

Дата: 16.01.2025 Циклическое меню: Неделя: 2 День: 4

КОМПЛЕКС № 1

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	Цена продуктового набора в рублях	Цена всего в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы				
Завтрак	Ассорти овощное вариант 2	100	1,10	0,14	3,85	20	№ТК АС/2	9,55	13,26
	Омлет с картофелем (запеченный)	200	17,60	21,20	15,00	378	345-2004	64,71	97,07
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,30		6,70	28	54-3гн-2022	2,49	3,73
	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	72	Пром.1	2,77	3,32
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42	Пром.2	2,12	2,54
	Кондитерские изделия (ирис)	25	0,85	1,95	23,30	120	Пром.	10,43	13,56
	Итого за рацион питания :	575	23,15	24,09	72,85	660		92,07	133,48
Обед	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	1,31	3,25	6,46	60	45-2017	7,13	10,67
	Суп картофельный с мясными фрикадельками (250/25)	275	9,34	6,72	20,41	182	137-2004	34,31	51,47
	Рыба запеченная "Фиш-ка" (минтай)	100	11,44	14,30	4,17	238	ТК № О/6	42,87	64,30
	Картофель отварной с зеленью	180	3,66	5,93	28,98	218	634-2022	23,94	35,91
	Сок натуральный	200	1,00		20,20	85	Пром.	17,00	22,10
	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	96	Пром. 5	3,69	4,43
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42	Пром.2	2,12	2,54
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.3	8,20	10,66
	Итого за рацион питания :	1 015	31,15	31,6	119,02	968		139,26	202,08
Полдник	Расстегай с мясом	75	9,43	8,04	22,48	267	П/9	23,27	34,87
	Чай с молоком	200	1,60	1,10	8,70	51	54-4гн-2022	6,06	9,09
	Фрукты свежие (апельсин)	100	0,90	0,20	8,10	43	Пром.11	17,60	22,88
	Итого за рацион питания :	375	11,93	9,34	39,28	361		46,93	66,84
ВСЕГО :		1 965	66,23	65,03	231,15	1 989		278,26	402,40

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи

«УТВЕРЖДЕНО»
Руководитель АНО "Школьное питание"

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

Краснодедов В. А.

/

**Ежедневное меню
основного (организованного) питания**

Возраст: 12 и старше
Категория: 5-11 классы

Дата: 16.01.2025 Циклическое меню: Неделя: 2 День: 4

КОМПЛЕКС № 2

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	Цена продуктового набора в рублях	Цена всего в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы				
Завтрак	Ассорти овощное вариант 2	100	1,10	0,14	3,85	20	№ТК АС/2	9,55	13,26
	Омлет натуральный	210	16,75	19,21	24,54	358	ТК	65,41	98,12
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,30		6,70	28	54-3гн-2022	2,49	3,73
	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	72	Пром.1	2,77	3,32
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42	Пром.2	2,12	2,54
	Кондитерские изделия (ирис)	25	0,85	1,95	23,30	120	Пром.	10,43	13,56
	Итого за рацион питания :	585	22,3	22,1	82,39	640		92,77	134,53
Обед	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	1,31	3,25	6,46	60	45-2017	7,13	10,67
	Суп картофельный с мясными фрикадельками (250/25)	275	9,34	6,72	20,41	182	137-2004	34,31	51,47
	Фишболы в томатном соусе (100/20)	120	13,25	11,05	6,40	208	№ТК/13	39,45	59,17
	Картофель фри	200	2,11	9,00	36,11	247	№648-22	25,84	38,76
	Сок натуральный	200	1,00		20,20	85	Пром.	17,00	22,10
	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	96	Пром. 5	3,69	4,43
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42	Пром.2	2,12	2,54
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.3	8,20	10,66
Итого за рацион питания :	1 055	31,41	31,42	128,38	967		137,74	199,80	
Полдник	Расстегай с мясом	75	9,43	8,04	22,48	267	П/9	23,27	34,87
	Чай с молоком	200	1,60	1,10	8,70	51	54-4гн-2022	6,06	9,09
	Фрукты свежие (апельсин)	100	0,90	0,20	8,10	43	Пром.11	17,60	22,88
	Итого за рацион питания :	375	11,93	9,34	39,28	361		46,93	66,84
ВСЕГО :		2 015	65,64	62,86	250,05	1 968		277,44	401,17

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи