



**Ежедневное меню
основного (организованного) питания ****

Возраст: 7-11 лет

Категория: 1-4 классы

Дата: 02.12.2024 Циклическое меню: Неделя: 1 День: 1

** очищенный картофель

| 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 | Яйцо вареное | 40 | 4,80 | 4,00 | 0,30 | 56 | 54-60-2022 | 11,50 | 17,25 |
| | Каша вязкая молочная из риса и пшена с маслом | 150 | 4,34 | 7,99 | 23,91 | 186 | 175-2017 | 10,09 | 15,13 |
| | Кофейный напиток с молоком | 200 | 3,16 | 2,68 | 15,95 | 101 | 379-2017 | 11,32 | 16,95 |
| | 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 |
| | Фрукты свежие (яблоко) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47 | Пром.3 | 7,40 | 9,62 |
| | Итого за рацион питания : | 540 | 16 | 15,87 | 73,96 | 504 | | 45,20 | 64,81 |
| Обед | Овощи в нарезке (огурец свежий) | 60 | 0,50 | 0,10 | 1,50 | 9 | 54-23-2022 | 11,63 | 15,12 |
| | Борщ Кубанский с фасолью | 200 | 3,12 | 3,44 | 12,80 | 94 | ТК № 0/11 | 11,66 | 17,46 |
| | Наггетсы куриные | 90 | 4,92 | 6,84 | 28,64 | 211 | ТК № 0/1 | 53,56 | 80,35 |
| | Макароны отварные с сыром | 150 | 10,15 | 11,94 | 25,58 | 251 | 204-17 | 27,39 | 41,09 |
| | Компот из клубники | 200 | 0,30 | 0,10 | 10,30 | 43 | бхн-22 | 11,24 | 16,87 |
| | 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 | 7,40 | 9,62 |
| | Итого за рацион питания : | 860 | 23,39 | 23,82 | 117,62 | 793 | | 128,69 | 187,48 |
| Полдник | Булочка домашняя | 60 | 3,77 | 7,51 | 18,07 | 167 | ТК № П/6 | 4,73 | 7,08 |
| | Йогурт | 180 | 6,12 | 4,50 | 9,90 | 105 | Пром.16 | 29,68 | 38,58 |
| | Фрукты свежие (мандарин) | 100 | 0,80 | 0,20 | 7,50 | 38 | Пром.4 | 14,50 | 18,85 |
| | Итого за рацион питания : | 340 | 10,69 | 12,21 | 35,47 | 310 | | 48,91 | 64,51 |
| ВСЕГО : | | 1 740 | 50,08 | 51,9 | 227,05 | 1 607 | | 222,80 | 316,80 |

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи

«УТВЕРЖДЕНО»
 Руководитель ДПО «Школьное питание»
 Краснодарцев В. А.
 «Школьное питание»
 ИНН 2312318995
 ОГРН 123230029929

«СОГЛАСОВАНО»
 Руководитель общеобразовательной организации
 Буржева И. И.
 МАОУ СОШ № 65
 ОКПО 41341471

Ежедневное меню
 основного (организованного) питания **

Возраст: 12 лет
 Категория: 5-11 классы
 Дата: 02.12.2024 Циклическое меню: Неделя: 1 День: 1
 ** очищенный картофель

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 | Сыр твердых сортов в нарезке | 15 | 3,48 | 4,43 | | 54 | 15-2017 | 10,60 | 15,90 |
| | Плов с сухофруктами | 200 | 7,20 | 13,02 | 45,26 | 326 | №Тк№0/17 | 20,37 | 30,53 |
| | Кофейный напиток с молоком | 200 | 3,16 | 2,68 | 15,95 | 101 | 379-2017 | 11,32 | 16,95 |
| | 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 |
| | Фрукты свежие (яблоко) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47 | Пром.3 | 7,40 | 9,62 |
| | Итого за рацион питания : | 565 | 17,54 | 21,33 | 95,01 | 642 | | 54,58 | 78,86 |
| Обед | Овощи в нарезке (огурец свежий) | 100 | 0,83 | 0,17 | 2,50 | 14 | 54-23-2022 | 19,38 | 25,19 |
| | Борщ Кубанский с фасолью | 250 | 3,90 | 4,30 | 16,00 | 118 | ТК № 0/11 | 15,64 | 23,48 |
| | Отбивная куриная в сырной панировке | 120 | 15,40 | 17,45 | 15,83 | 328 | №ТК/5 | 69,42 | 104,13 |
| | Картофель отварной, запеченный с сыром | 200 | 5,99 | 8,59 | 31,96 | 221 | 635-2022 | 24,18 | 36,28 |
| | Компот из клубники | 200 | 0,30 | 0,10 | 10,30 | 43 | бхи-22 | 11,24 | 16,87 |
| | 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 | 7,40 | 9,62 |
| Итого за рацион питания : | 1 030 | 30,82 | 32,01 | 115,39 | 909 | | 153,07 | 222,54 | |
| Полдник | Булочка домашняя | 80 | 6,16 | 5,44 | 40,70 | 223 | ТК № П/6 | 6,31 | 9,47 |
| | Йогурт | 200 | 6,80 | 5,00 | 11,00 | 117 | Пром. | 32,97 | 42,86 |
| | Фрукты свежие (мандарин) | 100 | 0,80 | 0,20 | 7,50 | 38 | Пром.4 | 14,50 | 18,85 |
| | Итого за рацион питания : | 380 | 13,76 | 10,64 | 59,2 | 378 | | 53,78 | 71,18 |
| ВСЕГО : | | 1 975 | 62,12 | 63,98 | 269,6 | 1 929 | | 261,43 | 372,58 |

Заведующий производством

 должность

 подпись

 расшифровка подписи

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО «Школьное питание»

Краснододов В. А.



«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель образовательной организации

Бугаева ИЮ



Ежедневное меню
основного (организованного) питания **

Возраст: 12-13 лет
Категория: 5-11 классы

Дата: 02.12.2024 Циклическое меню: Неделя: 1 День: 1

** очищенный картофель.

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 | Сыр твердых сортов в нарезке | 15 | 3,48 | 4,43 | | 54 | 15-2017 | 10,60 | 15,90 |
| | Яйцо вареное | 40 | 4,80 | 4,00 | 0,30 | 56 | 54-60-2022 | 11,50 | 17,25 |
| | Каша вязкая молочная из риса и пшена с маслом | 200 | 5,78 | 10,65 | 31,88 | 248 | 175-2017 | 13,45 | 20,16 |
| | Кофейный напиток с молоком | 200 | 3,16 | 2,68 | 15,95 | 101 | 379-2017 | 11,32 | 16,95 |
| | 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 |
| | Фрукты свежие (яблоко) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47 | Пром.3 | 7,40 | 9,62 |
| | Итого за рацион питания : | 605 | 20,92 | 22,96 | 81,93 | 620 | | 59,16 | 85,74 |
| Обед | Овощи в нарезке (огурец свежий) | 100 | 0,83 | 0,17 | 2,50 | 14 | 54-23-2022 | 19,38 | 25,19 |
| | Борщ Кубанский с фасолью | 250 | 3,90 | 4,30 | 16,00 | 118 | ТК № 0/11 | 15,64 | 23,48 |
| | Наггетсы куриные | 100 | 5,47 | 7,55 | 31,82 | 234 | ТК № 0/1 | 59,52 | 89,27 |
| | Макаронные изделия отварные с сыром | 180 | 12,18 | 14,33 | 30,70 | 301 | 204-17 | 32,87 | 49,31 |
| | Компот из клубники | 200 | 0,30 | 0,10 | 10,30 | 43 | бэн-22 | 11,24 | 16,87 |
| | 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 | 7,40 | 9,62 |
| | Итого за рацион питания : | 990 | 27,08 | 27,85 | 130,12 | 895 | | 151,86 | 220,71 |
| Полдник | Булочка домашняя | 80 | 6,16 | 5,44 | 40,70 | 223 | ТК № П/6 | 6,31 | 9,47 |
| | Йогурт | 200 | 6,80 | 5,00 | 11,00 | 117 | Пром. | 32,97 | 42,86 |
| | Фрукты свежие (мандарин) | 100 | 0,80 | 0,20 | 7,50 | 38 | Пром.4 | 14,50 | 18,85 |
| | Итого за рацион питания : | 380 | 13,76 | 10,64 | 59,2 | 378 | | 53,78 | 71,18 |
| ВСЕГО : | | 1 975 | 61,76 | 61,45 | 271,25 | 1 893 | | 264,80 | 377,63 |

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи