

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО «Школьное питание»



Краснододов В. А.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

/

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

Возраст: 7-11 лет

Категория: 1-4 классы

Дата: 16.12.2024 Циклическое меню: Неделя: 1 День: 1

* очищенные овощи

| 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 пшеницы 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 | Огурцы соленые | 60 | 0,51 | 0,11 | 1,38 | 9 | Т 70-17 | 7,59 | 9,87 |
| | Борщ Кубанский с фасолью | 200 | 3,12 | 3,44 | 12,80 | 94 | ТК № 0/11 | 13,13 | 19,66 |
| | Нагетсы куриные | 90 | 4,92 | 6,84 | 28,64 | 211 | ТК № О/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 | 23,4 | 23,83 | 117,5 | 793 | | 126,12 | 184,43 | |
| 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 (апельсин) | 100 | 0,90 | 0,20 | 8,10 | 43 | Пром.11 | 16,00 | 20,80 |
| | Итого за рацион питания : | 340 | 10,79 | 12,21 | 36,07 | 315 | | 50,41 | 66,46 |
| ВСЕГО : | | 1 740 | 50,19 | 51,91 | 227,53 | 1 612 | | 221,73 | 315,70 |

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

/Краснододов В. А.

/

«Школьное питание»

Ежедневное меню основного (организованного) питания *

Возраст: 12 и старше

Категория: 5-11 классы

Дата: 16.12.2024 Цикличное меню: Неделя: 1 День: 1

* очищенные овощи

| 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 | Огурцы соленые | 100 | 0,85 | 0,18 | 2,30 | 16 | Т 70-17 | 12,65 | 16,45 |
| | Борщ Кубанский с фасолью | 250 | 3,90 | 4,30 | 16,00 | 118 | ТК № 0/11 | 17,50 | 26,26 |
| | Наггетсы куриные | 100 | 5,47 | 7,55 | 31,82 | 234 | ТК № 0/1 | 59,52 | 89,27 |
| | Макароньы 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 | 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 : | 990 | 27,1 | 27,86 | 129,92 | 897 | | 146,99 | 214,75 |
| 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 (апельсин) | 100 | 0,90 | 0,20 | 8,10 | 43 | Пром.11 | 16,00 | 20,80 |
| | Итого за рацион питания : | 380 | 13,86 | 10,64 | 59,8 | 383 | | 55,28 | 73,13 |
| ВСЕГО : | | 1 975 | 61,88 | 61,46 | 271,65 | 1 900 | | 261,43 | 373,62 |

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи