

«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: 20.12.2024 Циклическое меню: Неделя: 1 День: 5

* 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 | Овощи в нарезке (огурец свежий) | 70 | 0,58 | 0,12 | 1,75 | 10 | 54-2з-2022 | 13,57 | 17,64 |
| | Гратен из картофеля с рыбой | 150 | 11,25 | 12,77 | 14,19 | 306 | ТК № 38 Нов | 65,82 | 98,74 |
| | Какао с молоком | 180 | 3,67 | 3,19 | 15,82 | 107 | 382-2017 | 10,83 | 16,24 |
| | 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 : | 550 | 19,2 | 17,28 | 65,56 | 584 | | 102,51 | 148,10 |
| Обед | Закуска из моркови | 60 | 0,54 | 4,92 | 2,88 | 114 | Пром. | 8,82 | 11,47 |
| | Рассольник "Ленинградский" | 200 | 1,61 | 4,07 | 9,58 | 86 | 96-2017 | 8,19 | 11,95 |
| | Котлета "Школьная" | 90 | 12,60 | 9,99 | 10,89 | 209 | №347-2018 | 41,02 | 61,14 |
| | Каша пшеничная рассыпчатая | 150 | 6,32 | 4,50 | 38,85 | 221 | 302-2017 | 8,20 | 12,30 |
| | Компот из клубники и яблок | 180 | 0,20 | 0,12 | 8,66 | 37 | 5хн-22 | 6,37 | 9,22 |
| | 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 |
| Итого за рацион питания : | 740 | 25,27 | 24,6 | 99,86 | 805 | | 78,41 | 113,05 | |
| Полдник | Сдоба обыкновенная | 60 | 4,63 | 3,63 | 23,45 | 157 | ТК № П/8 | 3,51 | 5,24 |
| | Ряженка | 180 | 5,28 | 4,56 | 7,56 | 92 | Пром. | 25,03 | 32,54 |
| | Фрукты свежие (яблоко) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47 | Пром.3 | 7,40 | 9,62 |
| | Итого за рацион питания : | 340 | 10,31 | 8,59 | 40,81 | 296 | | 35,94 | 47,40 |
| ВСЕГО : | | 1 630 | 54,78 | 50,47 | 206,23 | 1 685 | | 216,86 | 308,55 |

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО «Школьное питание»

Краснододов В. А.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации



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

Возраст: 12 и старше

Категория: 5-11 классы

Дата: 20.12.2024 Цикличное меню: Неделя: 1 День: 5

* 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 | Овощи в нарезке (огурец свежий) | 100 | 0,83 | 0,17 | 2,50 | 14 | 54-2з-2022 | 19,38 | 25,19 |
| | Гратен из картофеля с рыбой | 200 | 15,00 | 17,03 | 18,92 | 408 | № 3/8 Нов | 87,77 | 131,65 |
| | Какао с молоком | 200 | 4,08 | 3,54 | 17,58 | 119 | 382-2017 | 12,04 | 18,04 |
| | 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 : | 650 | 23,61 | 21,94 | 72,8 | 702 | | 131,48 | 190,36 |
| Обед | Закуска из моркови | 100 | 0,90 | 8,20 | 4,80 | 189 | Пром. | 14,70 | 19,11 |
| | Рассольник "Ленинградский" | 250 | 2,01 | 5,09 | 11,98 | 108 | 96-2017 | 10,24 | 14,96 |
| | Котлета "Школьная" | 100 | 14,00 | 11,10 | 12,10 | 232 | №347-2018 | 45,56 | 67,90 |
| | Каша пшеничная рассыпчатая | 180 | 7,58 | 5,40 | 46,62 | 265 | 302-2017 | 9,83 | 14,75 |
| | Компот из клубники и яблок | 180 | 0,20 | 0,12 | 8,66 | 37 | 5хн-22 | 6,37 | 9,22 |
| | 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 |
| | Итого за рацион питания : | 870 | 28,69 | 30,91 | 113,16 | 969 | | 92,51 | 132,91 |
| Полдник | Сдоба обыкновенная | 80 | 6,17 | 4,84 | 31,27 | 209 | П/8 | 4,66 | 6,98 |
| | Ряженка | 200 | 5,87 | 5,07 | 8,40 | 102 | Пром. | 27,81 | 36,15 |
| | Фрукты свежие (яблоко) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47 | Пром.3 | 7,40 | 9,62 |
| | Итого за рацион питания : | 380 | 12,44 | 10,31 | 49,47 | 358 | | 39,87 | 52,75 |
| ВСЕГО : | | 1 900 | 64,74 | 63,16 | 235,43 | 2 029 | | 263,86 | 376,02 |

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи