

«УТВЕРЖДЕНО»  
Руководитель АНО «Школьное питание»

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

Краснододов В. А.

/



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

Возраст: 12 и старше

Категория: 5-11 классы

Дата: 19.11.2024 Циклическое меню: Неделя: 1 День: 2

**КОМПЛЕКС № 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                          | Салат зеленый с огурцами                          | 100              | 1,03                    | 6,03          | 2,14          | 68                            | 18-2017       | 19,24                             | 25,17               |
|                                  | Гречка по-Кубански                                | 200              | 14,67                   | 16,90         | 46,53         | 349                           | ТК № 3/14     | 78,53                             | 117,79              |
|                                  | Чай с сахаром                                     | 200              | 0,20                    |               | 6,50          | 27                            | 54-2гн-2022   | 1,19                              | 1,79                |
|                                  | 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                |
|                                  | <b>Итого за рацион питания :</b>                  | <b>650</b>       | <b>19,6</b>             | <b>24,13</b>  | <b>88,97</b>  | <b>605</b>                    |               | <b>111,25</b>                     | <b>160,23</b>       |
| Обед                             | Овощи в нарезке (помидор свежий)                  | 100              | 1,17                    | 0,17          | 3,83          | 21                            | 54-3з-2022    | 17,35                             | 22,55               |
|                                  | Суп картофельный с мясными фрикадельками (250/25) | 275              | 9,34                    | 6,72          | 20,41         | 182                           | 137-2004      | 30,55                             | 45,83               |
|                                  | Котлета "Дружба"                                  | 100              | 13,86                   | 13,42         | 7,95          | 224                           | ТК № 0/16 Н   | 36,20                             | 54,07               |
|                                  | Картофель отварной с зеленью                      | 180              | 3,66                    | 5,93          | 28,98         | 218                           | 634-2022      | 21,13                             | 31,69               |
|                                  | Напиток "Ассорти"(плодово-ягодный)                | 200              | 0,10                    | 0,10          | 18,78         | 74                            | ТК № 3/12     | 5,85                              | 8,77                |
|                                  | 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                |
|                                  | Кондитерские изделия (вафли)                      | 15               | 0,32                    | 2,66          | 5,69          | 48                            | Пром.         | 4,30                              | 5,59                |
| <b>Итого за рацион питания :</b> | <b>930</b>  | <b>32,45</b>     | <b>30</b>               | <b>114,64</b> | <b>905</b>    |                               | <b>121,19</b> | <b>175,47</b>                     |                     |
| Полдник                          | Булочка ванильная                                 | 70               | 5,37                    | 5,89          | 33,48         | 207                           | П/7           | 5,20                              | 7,80                |
|                                  | Кофейный напиток с молоком                        | 200              | 3,16                    | 2,68          | 15,95         | 101                           | 379-2017      | 11,32                             | 16,95               |
|                                  | Фрукты свежие (мандарин)                          | 100              | 0,80                    | 0,20          | 7,50          | 38                            | Пром.4        | 14,50                             | 18,85               |
|                                  | <b>Итого за рацион питания :</b>                  | <b>370</b>       | <b>9,33</b>             | <b>8,77</b>   | <b>56,93</b>  | <b>346</b>                    |               | <b>31,02</b>                      | <b>43,60</b>        |
| <b>ВСЕГО :</b>                   |   | <b>1 950</b>     | <b>61,38</b>            | <b>62,9</b>   | <b>260,54</b> | <b>1 856</b>                  |               | <b>263,46</b>                     | <b>379,30</b>       |

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи