

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО «Центр организации питания



Ежедневное меню  
основного (организованного) питания \*\*

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

Возраст: 12 и старше

Категория: 5-11 классы

Дата: 31.03.2025 Циклическое меню: Неделя: 2 День: 1

**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	Яйцо вареное	40	4,80	4,00	0,30	56	54-60-2022	10,00	15,00
	Каша вязкая молочная из риса	200	6,90	12,00	40,90	280	№ ТК К/21	22,15	33,22
	Кофейный напиток с молоком	200	3,16	2,68	15,95	101	379-2017	13,92	20,88
	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	72	Пром.1	2,90	3,48
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42	Пром.2	2,22	2,67
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.3	8,20	10,66
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>590</b>	<b>18,56</b>	<b>19,88</b>	<b>90,95</b>	<b>598</b>		<b>59,39</b>	<b>85,91</b>
Обед	Салат из отварных овощей с зеленым горошком	100	1,23	6,08	4,47	77	ТК № 84 Н	9,31	13,19
	Суп картофельный с клецками	250	2,25	3,27	13,75	93	54-60-2022	7,75	11,62
	Шницель из курицы	100	19,20	4,26	13,46	169	54-24м-2022	38,47	57,34
	Ризотто с овощами	180	4,10	11,00	39,42	254	№ О/19	24,15	32,85
	Напиток "Ассорти"(плодово-ягодный)	200	0,10	0,10	18,78	74	ТК № 3/12	6,42	9,63
	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	96	Пром. 5	3,87	4,65
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42	Пром.2	2,22	2,67
	Кондитерские изделия (вафли)	15	0,32	2,66	5,69	48	Пром.	4,43	5,76
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>905</b>	<b>31,2</b>	<b>28,37</b>	<b>124,57</b>	<b>853</b>		<b>96,62</b>	<b>137,71</b>
Полдник	Булочка ванильная	70	5,37	5,89	33,48	207	П/7	5,68	8,51
	Кефир	200	5,80	5,00	8,00	100	Пром.10	22,36	29,07
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.3	8,20	10,66
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>370</b>	<b>11,57</b>	<b>11,29</b>	<b>51,28</b>	<b>354</b>		<b>36,24</b>	<b>48,24</b>
<b>ВСЕГО :</b>		<b>1 865</b>	<b>61,33</b>	<b>59,54</b>	<b>266,8</b>	<b>1 805</b>		<b>192,25</b>	<b>271,86</b>

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи