

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО «Школьное питание»

Краснощедов В. А.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации



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

Возраст: 12 и старше

Категория: 5-11 классы

Дата: 20.02.2025 Циклическое меню: Неделя: 1 День: 4

КОМПЛЕКС № 2

** 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 | Кукуруза сахарная | 100 | 2,00 | 0,33 | 10,17 | 52 | 54-21з-2022 | 35,66 | 46,36 |
| | Омлет с овощами | 200 | 15,24 | 18,14 | 9,63 | 263 | №Тк/Г1 | 54,18 | 80,74 |
| | Сок натуральный | 200 | 1,00 | | 20,20 | 85 | Пром. | 17,00 | 22,10 |
| | 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 |
| | Итого за рацион питания : | 650 | 21,94 | 19,67 | 73,8 | 561 | | 120,16 | 166,01 |
| Обед | Салат из белокочанной капусты с морковью | 100 | 1,31 | 3,25 | 6,46 | 60 | 45-2017 | 7,13 | 10,67 |
| | Суп гороховый | 250 | 5,30 | 5,02 | 19,90 | 146 | 54-8с-2022 | 8,87 | 13,29 |
| | Говядина в кисло-сладком соусе | 120 | 13,60 | 14,30 | 9,86 | 195 | №ТК 12 | 60,07 | 90,10 |
| | Рис припущенный | 200 | 4,67 | 6,40 | 29,75 | 224 | №ТК 13 | 19,18 | 28,77 |
| | Компот из кураги | 200 | 1,00 | 0,10 | 15,69 | 67 | 54-2хн-2022 | 8,51 | 12,76 |
| | 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 (ирис) | 25 | 0,85 | 1,95 | 23,30 | 120 | Пром. | 10,43 | 13,56 |
| | Итого за рацион питания : | 955 | 30,73 | 32,02 | 133,96 | 950 | | 120,28 | 176,47 |
| Полдник | Котлета куриная, запеченная в тесте | 100 | 9,65 | 10,41 | 33,17 | 273 | ТК № П/5 | 25,70 | 38,33 |
| | Чай с молоком | 200 | 1,60 | 1,10 | 8,70 | 51 | 54-4гн-2022 | 6,06 | 9,09 |
| | Фрукты свежие (апельсин) | 100 | 0,90 | 0,20 | 8,10 | 43 | Пром.11 | 17,60 | 22,88 |
| | Итого за рацион питания : | 400 | 12,15 | 11,71 | 49,97 | 367 | | 49,36 | 70,30 |
| ВСЕГО : | | 2 005 | 64,82 | 63,4 | 257,73 | 1 878 | | 289,80 | 412,78 |

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи