



«Краснододов В. А.»  
 Руководитель «Школьное питание»



«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

ДИРЕКТОР  
 МАОУ СОШ № 49  
 С. ПАРХМЕНКО

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

Возраст: 12 и старше  
 Категория: 5-11 классы

Дата: 02.12.2024 Циклическое меню: Неделя: 1 День: 1

**КОМПЛЕКС № 1**

\* очищенные овощи

Прим. пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептур	Цена продукта 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
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>605</b>	<b>20,92</b>	<b>22,96</b>	<b>81,93</b>	<b>620</b>		<b>59,16</b>	<b>85,74</b>
Обед	Овощи в нарезке (огурец свежий)	100	0,83	0,17	2,50	14	54-23-2022	19,38	25,19
	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
	Макароны 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
<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>990</b>	<b>27,08</b>	<b>27,85</b>	<b>130,12</b>	<b>895</b>		<b>153,72</b>	<b>223,49</b>	
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 (мандарин)	100	0,80	0,20	7,50	38	Пром.4	14,50	18,85
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>380</b>	<b>13,76</b>	<b>10,64</b>	<b>59,2</b>	<b>378</b>		<b>53,78</b>	<b>71,18</b>
<b>ВСЕГО :</b>		<b>1975</b>	<b>61,76</b>	<b>61,45</b>	<b>271,25</b>	<b>1893</b>		<b>266,66</b>	<b>380,41</b>

Заведующий производством  
 должность

подпись

расшифровка подписи

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО «Школьное питание»



/Краснододов В. А.



«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

ДИРЕКТОР  
МАОУ СОШ № 49  
С. А. ДАРХОМЕНКО

Ежедневное меню  
основного (организованного) питания

Дата: 02.12.2024 Циклическое меню: Неделя: 1 День: 1

\* очищенные овощи

КОМПЛЕКС № 2

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
	Плов с сухофруктами	200	7,20	13,02	45,26	326	№Тк№0/17	20,37	30,53
	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
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>565</b>	<b>17,54</b>	<b>21,33</b>	<b>95,01</b>	<b>642</b>			<b>54,58</b>
Обед	Овощи в нарезке (огурец свежий)	100	0,83	0,17	2,50	14	54-2а-2022	19,38	25,19
	Борщ Кубанский с фасолью	250	3,90	4,30	16,00	118	ТК № 0/11	17,50	26,26
	Отбивная куриная в сырной панировке	120	15,40	17,45	15,83	328	№ТК/5	69,42	104,13
	Картофель отварной, запеченный с сыром	200	5,99	8,59	31,96	221	635-2022	24,18	36,28
	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
<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>1 030</b>	<b>30,82</b>	<b>32,01</b>	<b>115,39</b>	<b>909</b>			<b>154,93</b>	<b>225,32</b>
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 (мандарин)	100	0,80	0,20	7,50	38	Пром.4	14,50	18,85
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>380</b>	<b>13,76</b>	<b>10,64</b>	<b>59,2</b>	<b>378</b>			<b>53,78</b>
<b>ВСЕГО :</b>		<b>1 975</b>	<b>62,12</b>	<b>63,98</b>	<b>269,6</b>	<b>1 929</b>		<b>263,29</b>	<b>375,36</b>

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи