

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО «Школьное питание»



Левченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

МАОУ СОШ № 49  
С. А. ПАРХОМЕНКО



Ежедневное меню

основного (организованного) питания \*

Возраст: 12 и старше

Категория: ОВЗ, дети-инвалиды, дети из многодетных семей, дети участников СВО, дети погибших

Дата: 08.11.2024 Циклическое меню: Неделя: 1 День: 5

\* очищенные овощи

КОМПЛЕКС № 1

| 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                            | 54-23-2022    | 11,73                             | 15,25               |
|                                  | Гратен из картофеля с рыбой      | 200              | 15,00                   | 17,03         | 18,92        | 408                           | № 3/8 Нов     | 79,56                             | 119,34              |
|                                  | 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 (мандарин)         | 100              | 0,80                    | 0,20          | 7,50         | 38                            | Пром.4        | 14,50                             | 18,85               |
|                                  | <b>Итого за рацион питания :</b> | <b>650</b>       | <b>24,01</b>            | <b>21,74</b>  | <b>70,5</b>  | <b>693</b>                    |               | <b>122,72</b>                     | <b>177,34</b>       |
| 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       | 9,71                              | 14,15               |
|                                  | 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                |
| <b>Итого за рацион питания :</b> | <b>870</b>                       | <b>28,69</b>     | <b>30,91</b>            | <b>113,16</b> | <b>969</b>   |                               | <b>91,98</b>  | <b>132,10</b>                     |                     |
| Полдник                          | Сдоба обыкновенная               | 80               | 6,17                    | 4,84          | 31,27        | 209                           | П/8           | 4,58                              | 6,86                |
|                                  | 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                |
| <b>Итого за рацион питания :</b> | <b>380</b>                       | <b>12,44</b>     | <b>10,31</b>            | <b>49,47</b>  | <b>358</b>   |                               | <b>39,79</b>  | <b>52,63</b>                      |                     |
| <b>ВСЕГО :</b>                   | <b>1 900</b>                     | <b>65,14</b>     | <b>62,96</b>            | <b>233,13</b> | <b>2 020</b> |                               | <b>254,49</b> | <b>362,07</b>                     |                     |

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"



Шевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

МАОУ СОШ № 49  
С. А. ПАРХОМЕНКО



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

Возраст: 2,2 и старше

Категория: 2. Образовательные учреждения: инвалиды, дети из многодетных семей, дети участников СВО, дети погибших

Дата: 08.11.2024 Цикличное меню: Неделя: 1 День: 5

**КОМПЛЕКС № 2**

\* 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    | 11,73                             | 15,25               |
|                                  | Вок с рыбой и овощами                  | 240              | 12,80                   | 16,71         | 25,26         | 375                           | №Тк №6        | 78,48                             | 117,70              |
|                                  | 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 (мандарин)               | 100              | 0,80                    | 0,20          | 7,50          | 38                            | Пром.4        | 14,50                             | 18,85               |
|                                  | <b>Итого за рацион питания :</b>       | <b>690</b>       | <b>21,81</b>            | <b>21,42</b>  | <b>76,84</b>  | <b>660</b>                    |               | <b>121,64</b>                     | <b>175,70</b>       |
| 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       | 9,71                              | 14,15               |
|                                  | Филе птицы, тушенное в сметанном соусе | 100              | 13,58                   | 7,83          | 20,84         | 167                           | ТК № 594-2022 | 41,38                             | 62,06               |
|                                  | Макароны отварные                      | 180              | 6,48                    | 5,88          | 39,36         | 236                           | 54-1г-2022    | 13,22                             | 19,82               |
|                                  | 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                |
| <b>Итого за рацион питания :</b> | <b>870</b>                             | <b>27,17</b>     | <b>28,12</b>            | <b>114,64</b> | <b>875</b>    |                               | <b>91,19</b>  | <b>131,33</b>                     |                     |
| Полдник                          | Сдоба обыкновенная                     | 80               | 6,17                    | 4,84          | 31,27         | 209                           | П/8           | 4,58                              | 6,86                |
|                                  | 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                |
|                                  | <b>Итого за рацион питания :</b>       | <b>380</b>       | <b>12,44</b>            | <b>10,31</b>  | <b>49,47</b>  | <b>358</b>                    |               | <b>39,79</b>                      | <b>52,63</b>        |
| <b>ВСЕГО :</b>                   |                                        | <b>1 940</b>     | <b>61,42</b>            | <b>59,85</b>  | <b>240,95</b> | <b>1 893</b>                  |               | <b>252,62</b>                     | <b>359,66</b>       |

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи