



«СОГЛАСОВАНО»

ДИРЕКТОР
МАОУ СОШ № 49
С. А. ДАРХОМЕНКО

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

Возраст: 12 и старше

Категория: 5-11 классы

Дата: 10.01.2025 Циклическое меню: Неделя: 1 День: 5

КОМПЛЕКС № 1

* очищенные овощи

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	Цена продукта во вoго набора в рублях	Цена всего в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы				
Завтрак	Морковные палочки	100	1,00	0,08	2,30	15	ТК	8,30	12,45
	Гратен из картофеля с рыбой	200	15,00	17,03	18,92	408	№ 3/8 Нов	93,94	140,91
	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	119	382-2017	13,63	20,43
	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	8,20	10,66
	Итого за рацион питания :	650	23,78	21,85	72,6	703		128,96	190,31
Обед	Закуска из моркови	100	0,90	8,20	4,80	189	Пром.	16,24	21,11
	Рассольник "Ленинградский"	250	2,01	5,09	11,98	108	96-2017	11,34	16,58
	Котлета "Школьная"	100	14,00	11,10	12,10	232	№347-2018	47,95	71,46
	Каша пшеничная рассыпчатая	180	7,58	5,40	46,62	265	302-2017	10,88	16,33
	Компот из клубники и яблок	180	0,20	0,12	8,66	37	5хн-22	6,91	9,99
	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
	Итого за рацион питания :	870	28,69	30,91	113,16	969		99,13	142,44
Полдник	Сдоба обыкновенная	80	6,17	4,84	31,27	209	П/8	5,18	7,77
	Ряженка	200	5,87	5,07	8,40	102	Пром.	33,37	43,38
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.3	8,20	10,66
	Итого за рацион питания :	380	12,44	10,31	49,47	358		46,75	61,81
ВСЕГО :		1 900	64,91	63,07	235,23	2 030		274,84	394,56

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи



«УТВЕРЖДЕНО»
Руководитель «АНО «Школьное питание»

«Школьное питание» Краснододов В. А.



«СОГЛАСОВАНО»
Руководитель общеобразовательной организации

1 *Сред*
ДИРЕКТОР
МАОУ СОШ № 49
С. А. ПАРХОМЕНКО

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

Возраст: 12 и старше

Категория: 5-11 классы

Дата: 10.01.2025 Циклическое 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	Морковные палочки	100	1,00	0,08	2,30	15	ТК	8,30	12,45
	Вок с рыбой и овощами	240	13,80	18,00	40,26	401	№Тк №6	90,97	136,45
	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	119	382-2017	13,63	20,43
	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	8,20	10,66
	Итого за рацион питания :	690	22,58	22,82	93,94	696		125,99	185,85
Обед	Закуска из моркови	100	0,90	8,20	4,80	189	Пром.	16,24	21,11
	Рассольник "Ленинградский"	250	2,01	5,09	11,98	108	96-2017	11,34	16,58
	Филе птицы, тушенное в сметанном соусе	100	13,58	10,83	25,00	260	ТК № О/2	43,23	64,84
	Макароньы отварные	180	6,48	5,88	39,36	236	54-1г-2022	14,83	22,22
	Компот из клубники и яблок	180	0,20	0,12	8,66	37	5хн-22	6,91	9,99
	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
	Итого за рацион питания :	870	27,17	31,12	118,8	968		98,36	141,71
Полдник	Сдоба обыкновенная	80	6,17	4,84	31,27	209	П/8	5,18	7,77
	Ряженка	200	5,87	5,07	8,40	102	Пром.	33,37	43,38
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.3	8,20	10,66
	Итого за рацион питания :	380	12,44	10,31	49,47	358		46,75	61,81
ВСЕГО :		1 940	62,19	64,25	262,21	2 022		271,10	389,37

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи