

«УТВЕРЖДЕНО»
Руководитель АНО «Школьное питание»

Краснододов В. А.

ИНН 2312318986
ОГРН 1232300029828

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

МАОУ
СОШ № 49

ДИРЕКТОР
МАОУ СОШ № 49
С. ДАРХОМЕНКО

**Ежедневное меню
основного (организованного) питания**

Возраст: 12 и старше

Категория: 5-11 классы

Дата: 10.12.2024 Циклическое меню: Неделя: 2 День: 2

КОМПЛЕКС № 1

* 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 | Салат витаминный | 100 | 1,57 | 6,30 | 4,41 | 81 | ТК №82 Н | 9,71 | 13,34 |
| | Паста сливочная с курицей | 200 | 13,32 | 15,08 | 35,46 | 325 | 406-2022 | 40,92 | 61,40 |
| | Сок натуральный | 200 | 1,00 | | 20,20 | 85 | Пром. | 16,00 | 20,80 |
| | 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 |
| | Итого за рацион питания : | 550 | 19,19 | 22,18 | 84,07 | 605 | | 71,52 | 101,40 |
| Обед | Салат из квашеной капусты | 100 | 1,72 | 5,00 | 8,47 | 86 | 47-2017 | 12,82 | 17,02 |
| | Борщ Кубанский с фасолью | 250 | 3,90 | 4,30 | 16,00 | 118 | ТК № 0/11 | 17,50 | 26,26 |
| | Биточек "Эврика" | 100 | 9,40 | 10,00 | 19,82 | 222 | ТК № 3/10 Н | 43,37 | 65,03 |
| | Картофельное пюре | 200 | 4,27 | 6,93 | 26,40 | 186 | 54-11г-2022 | 24,38 | 36,58 |
| | Компот из кураги | 200 | 1,00 | 0,10 | 15,69 | 67 | 54-2хн-2022 | 8,24 | 12,38 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 2,80 | 0,80 | 20,00 | 96 | Пром. 5 | 3,69 | 4,43 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 1,80 | 0,30 | 13,50 | 63 | Пром.6 | 3,18 | 3,82 |
| | Фрукты свежие (апельсин) | 100 | 0,90 | 0,20 | 8,10 | 43 | Пром.11 | 16,00 | 20,80 |
| | Итого за рацион питания : | 1 020 | 25,79 | 27,63 | 127,98 | 881 | | 129,18 | 186,32 |
| Полдник | Котлета куриная, запеченная в тесте | 100 | 9,65 | 10,41 | 33,17 | 273 | ТК № П/5 | 23,85 | 35,52 |
| | Чай с сахаром и лимоном | 200 | 0,30 | | 6,70 | 28 | 54-3гн-2022 | 2,32 | 3,48 |
| | Фрукты свежие (яблоко) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47 | Пром.3 | 7,40 | 9,62 |
| | Итого за рацион питания : | 400 | 10,35 | 10,81 | 49,67 | 348 | | 33,57 | 48,62 |
| ВСЕГО : | 1 970 | 55,33 | 60,62 | 261,72 | 1 834 | | 234,27 | 336,34 | |

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи

«УТВЕРЖДЕНО»
Руководитель АНО «Школьное питание»

«Школьное питание»

Краснододов В. А.



«СОГЛАСОВАНО»
Руководитель общеобразовательной организации

МАОУ СОШ № 49

ДИРЕКТОР
МАОУ СОШ № 49
С. А. ПАРХОМЕНКО



Ежедневное меню
основного (организованного) питания

Возраст: 12 и старше

Категория: 5-11 классы

Дата: 10.12.2024 Циклическое меню: Неделя: 2 День: 2

КОМПЛЕКС № 2

* очищенные овощи

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм | | | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептур | Цена продуктового набора в рублях | Цена всего в рублях |
|----------------|---|------------------|-------------------------|--------------|---------------|-------------------------------|-------------|-----------------------------------|---------------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | | | |
| Завтрак | Салат витаминный | 100 | 1,57 | 6,30 | 4,41 | 81 | ТК №82 Н | 9,71 | 13,34 |
| | Птица с крупой пшеничной и овощами из духовки | 200 | 16,61 | 16,04 | 31,93 | 345 | ТК/10 | 44,34 | 66,50 |
| | Сок натуральный | 200 | 1,00 | | 20,20 | 85 | Пром. | 16,00 | 20,80 |
| | 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 |
| | Итого за рацион питания : | 550 | 22,48 | 23,14 | 80,54 | 625 | | 74,94 | 106,50 |
| Обед | Салат из квашеной капусты | 100 | 1,72 | 5,00 | 8,47 | 86 | 47-2017 | 12,82 | 17,02 |
| | Борщ Кубанский с фасолью | 250 | 3,90 | 4,30 | 16,00 | 118 | ТК № 0/11 | 17,50 | 26,26 |
| | Поджарка из рыбы | 100 | 13,20 | 10,21 | 5,56 | 167 | №500 | 48,61 | 72,92 |
| | Картофель по-деревенски | 200 | 5,46 | 6,29 | 43,01 | 240 | 646-22 | 23,76 | 35,64 |
| | Компот из кураги | 200 | 1,00 | 0,10 | 15,69 | 67 | 54-2хп-2022 | 8,24 | 12,38 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 2,80 | 0,80 | 20,00 | 96 | Пром. 5 | 3,69 | 4,43 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 1,80 | 0,30 | 13,50 | 63 | Пром.6 | 3,18 | 3,82 |
| | Фрукты свежие (апельсин) | 100 | 0,90 | 0,20 | 8,10 | 43 | Пром.11 | 16,00 | 20,80 |
| | Итого за рацион питания : | 1 020 | 30,78 | 27,2 | 130,33 | 880 | | 133,80 | 193,27 |
| Полдник | Котлета куриная, запеченная в тесте | 100 | 9,65 | 10,41 | 33,17 | 273 | ТК № П/5 | 23,85 | 35,52 |
| | Чай с сахаром и лимоном | 200 | 0,30 | | 6,70 | 28 | 54-3гп-2022 | 2,32 | 3,48 |
| | Фрукты свежие (яблоко) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47 | Пром.3 | 7,40 | 9,62 |
| | Итого за рацион питания : | 400 | 10,35 | 10,81 | 49,67 | 348 | | 33,57 | 48,62 |
| ВСЕГО : | | 1 970 | 63,61 | 61,15 | 260,54 | 1 853 | | 242,31 | 348,39 |

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи