



Руководитель АМО "Школьное питание"

Шевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

ДИРЕКТОР  
МАОУ СОШ № 49  
С. В. ПАРХОМЕНКО



Ежедневное меню  
основного (организованного) питания \*\*

Возраст: 7-12 лет

Категория: 5-11 кл.

Дата: 10.10.2024 Циклическое меню: Неделя: 2 День: 4

**КОМПЛЕКС № 1**

\*\* 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	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	1,31	3,25	6,46	60	45-2017	6,27	9,40
	Гречка по-Кубански	220	13,60	18,60	48,30	384	ТК № 3/14	86,40	129,57
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,30		6,70	28	54-3гн-2022	2,32	3,48
	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 (Нектарины)	100	1,10	0,30	8,90	44	Пром.	14,50	18,85
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>670</b>	<b>19,61</b>	<b>22,95</b>	<b>94,36</b>	<b>630</b>		<b>114,38</b>	<b>167,16</b>
Обед	Овощи в нарезке (огурец свежий)	100	0,83	0,17	2,50	14	54-2з-2022	11,73	15,25
	Рагу из птицы	280	18,51	20,42	45,00	383	ТК Шк/376	79,51	119,26
	Компот из вишни	200	0,30	0,10	10,30	43	бхн-22	16,32	24,49
	Хлеб пшеничный	50	3,50	1,00	25,00	120	Пром.7	4,61	5,53
	Хлеб ржаной	30	1,80	0,30	13,50	63	Пром.6	3,18	3,82
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.3	7,40	9,62
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>760</b>	<b>25,34</b>	<b>22,39</b>	<b>106,1</b>	<b>670</b>		<b>122,75</b>	<b>177,97</b>
<b>ВСЕГО :</b>	<b>1 430</b>	<b>44,95</b>	<b>45,34</b>	<b>200,46</b>	<b>1 300</b>		<b>237,13</b>	<b>345,13</b>	

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи

«УТВЕРЖДЕНО»  
Руководитель АНО «Школьное питание»



Исаченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

ДИРЕКТОР  
МАОУ СОШ № 49  
С. ПАРХОМЕНКО



Ежедневное меню  
основного (организованного) питания \*\*

Возраст: 12 лет

Категория: 5-П кл.

Дата: 10.10.2024 Циклическое меню: Неделя: 2 День: 4

\*\* очищенный картофель

**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	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	1,31	3,25	6,46	60	45-2017	6,27	9,40
	Плов из говядины	200	21,71	20,28	31,11	394	443-04	85,93	128,90
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,30		6,70	28	54-3гн-2022	2,32	3,48
	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 (Нектарины)	100	1,10	0,30	8,90	44	Пром.	14,50	18,85
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>650</b>	<b>27,72</b>	<b>24,63</b>	<b>77,17</b>	<b>640</b>		<b>113,91</b>	<b>166,49</b>
Обед	Овощи в нарезке (огурец свежий)	100	0,83	0,17	2,50	14	54-2з-2022	11,73	15,25
	Жаркое по-домашнему из курицы	280	19,30	25,00	43,86	472	54-28м-2022	82,12	123,19
	Компот из вишни	200	0,30	0,10	10,30	43	бхн-22	16,32	24,49
	Хлеб пшеничный	50	3,50	1,00	25,00	120	Пром.7	4,61	5,53
	Хлеб ржаной	30	1,80	0,30	13,50	63	Пром.6	3,18	3,82
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.3	7,40	9,62
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>760</b>	<b>26,13</b>	<b>26,97</b>	<b>104,96</b>	<b>759</b>		<b>125,36</b>	<b>181,90</b>
<b>ВСЕГО :</b>	<b>1 410</b>	<b>53,85</b>	<b>51,6</b>	<b>182,13</b>	<b>1 399</b>		<b>239,27</b>	<b>348,39</b>	

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи