

«УТВЕРЖДЕНО»  
Руководитель АНО «Школа «Знание»»

Шевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

ДИРЕКТОР  
МАОУ СОШ № 49

*Григорьев*



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

Возраст: 12 и старше

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

Дата: 21.10.2024 Циклическое меню: Неделя: 2 День: 1

**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	Овощи в нарезке (помидор свежий)	100	1,17	0,17	3,83	21	54-3з-2022	13,26	17,24
	Омлет натуральный	200	13,40	13,68	37,00	301	ТК	51,23	76,83
	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 (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.3	7,40	9,62
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>650</b>	<b>22,35</b>	<b>18,59</b>	<b>92,21</b>	<b>602</b>		<b>88,82</b>	<b>127,59</b>
Обед	Салат зеленый с огурцами	100	1,03	6,03	2,14	68	18-2017	14,17	18,59
	Рассольник "Южный"	250	3,00	8,25	10,10	74	ТК № О/15	9,37	13,63
	Котлета рубленая (куриная)	120	18,36	18,96	21,36	340	К/1	40,73	60,63
	Макароны, запеченные с сыром	180	1,83	3,78	33,38	183	399-22	18,05	27,05
	Сок натуральный	200	1,00		20,20	85	Пром.	16,00	20,80
	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 (слива)	100	0,75	0,26	8,74	40	Пром.	14,50	18,85
<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>1 030</b>	<b>31,27</b>	<b>38,58</b>	<b>134,42</b>	<b>973</b>		<b>120,61</b>	<b>168,90</b>	
Полдник	Булочка домашняя	100	6,28	8,50	30,12	264	П/6	7,81	11,73
	Кефир	200	5,80	5,00	8,00	100	Пром.10	17,38	22,59
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.3	7,40	9,62
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>400</b>	<b>12,48</b>	<b>13,9</b>	<b>47,92</b>	<b>411</b>		<b>32,59</b>	<b>43,94</b>
<b>ВСЕГО :</b>		<b>2 080</b>	<b>66,1</b>	<b>71,07</b>	<b>274,55</b>	<b>1 986</b>		<b>242,02</b>	<b>340,43</b>

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"

Щевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

ДИРЕКТОР  
МАОУ СОШ № 49

С. ШИШКОВА



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

Возраст: 12 лет

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

Дата: 21.10.2024 Цикличное меню: Неделя: 2 День: 1

**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	Овощи в нарезке (помидор свежий)	100	1,17	0,17	3,83	21	54-3з-2022	13,26	17,24
	Омлет с морковью	220	14,10	18,00	22,00	295	54-3о-2022	51,62	77,41
	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 (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.3	7,40	9,62
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>670</b>	<b>23,05</b>	<b>22,91</b>	<b>77,21</b>	<b>596</b>		<b>89,21</b>	<b>128,17</b>
Обед	Салат зеленый с огурцами	100	1,03	6,03	2,14	68	18-2017	14,17	18,59
	Рассольник "Южный"	250	3,00	8,25	10,10	74	ТК № О/15	9,37	13,63
	Паста сливочная с курицей	280	18,65	17,50	39,66	437	406-2022	58,26	87,38
	Сок натуральный	200	1,00		20,20	85	Пром.	16,00	20,80
	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 (слива)	100	0,75	0,26	8,74	40	Пром.	14,50	18,85
<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>1 010</b>	<b>29,73</b>	<b>33,34</b>	<b>119,34</b>	<b>887</b>		<b>120,09</b>	<b>168,60</b>	
Полдник	Булочка домашняя	100	6,28	8,50	30,12	264	П/6	7,81	11,73
	Кефир	200	5,80	5,00	8,00	100	Пром.10	17,38	22,59
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.3	7,40	9,62
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>400</b>	<b>12,48</b>	<b>13,9</b>	<b>47,92</b>	<b>411</b>		<b>32,59</b>	<b>43,94</b>
<b>ВСЕГО :</b>		<b>2 080</b>	<b>65,26</b>	<b>70,15</b>	<b>244,47</b>	<b>1 894</b>		<b>241,89</b>	<b>340,71</b>

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи