

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель образовательной организации

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

Криштододов В. А.

ДИРЕКТОР
МАОУ СОШ
С. А. ПАРХОМЕН



Ежедневное меню
основного (организованного) питания *

Возраст: 12 и старше

Категория: 5-11 классы

Дата: 12.03.2025 Циклическое меню: Неделя: 2 День: 3

КОМПЛЕКС № 1

* оценочные оценки

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептур	Цена продукта в наборе в рублях	Цена всего в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы				
Завтрак	Сыр твердых сортов в нарезке	15	3,48	4,43		54	15-2017	13,65	20,47
	Запеканка "Маковая пежешка" с джемом 200(180/20)	200	11,50	9,72	40,07	374	№ 3п/16	98,61	147,92
	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	119	382-2017	14,50	21,74
	Хлеб пшеничный	35	2,45	0,70	17,50	84	пром.5	3,39	4,07
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.3	8,20	10,66
	Итого за рацион питания :	550	21,91	18,79	84,95	678		138,35	204,86
Обед	Ассорти овощное вариант 1	100	0,84	0,15	2,50	14	№ТК АС/1	13,70	19,14
	Суп гороховый	250	5,30	5,02	19,90	146	54-8с-2022	10,05	15,07
	Гуляш из говядины (60/60)	120	16,03	16,90	5,92	197	№ТК/217	75,76	113,63
	Рис припущенный	180	4,20	5,76	42,00	236	54-7г-2022	17,27	25,90
	Компот из клубники и яблок	200	0,22	0,14	9,62	41	5хн-22	7,67	11,10
	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	96	Пром. 5	3,87	4,65
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42	Пром.2	2,22	2,67
	Кондитерские изделия (пряники)	25	0,55	0,41	6,82	130	Пром.	9,52	12,38
	Итого за рацион питания :	935	31,14	29,38	115,76	902		140,06	204,54
Полдник	Пирожок песочный с картофелем	100	6,19	7,70	32,69	232	№ТК/П/25	10,36	15,52
	Кофейный напиток с молоком	180	2,84	2,41	14,36	91	379-2017	12,37	18,55
	Фрукты свежие (апельсин)	100	0,90	0,20	8,10	43	Пром.11	17,60	22,88
	Итого за рацион питания :	380	9,93	10,31	55,15	366		40,33	56,95
ВСЕГО :		1 865	62,98	58,48	255,86	1 946		318,74	466,35

Заведующий производством

подпись

подпись

расшифровка подписи

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"

Джраслоледов В. А.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

С. А.

ДИРЕКТОР
МАОУ СОШ
С. А. ПАРХОМЕНКОЕжедневное меню
основного (организованного) питания *

Возраст: 12 и старше

Категория: 5-11 классы

Дата: 12.03.2025 Циклическое меню: Неделя: 2 День: 3

КОМПЛЕКС № 2

* оценочные 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	Сыр твердых сортов в нарезке	15	3,48	4,43		54	15-2017	13,65	20,47
	Вареники ленивые со сгущенным молоком	210	7,25	9,25	49,83	315	№Тк №5	91,89	137,84
	Яйцо вареное	40	4,80	4,00	0,30	56	54-60-2022	11,50	17,25
	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	119	382-2017	14,50	21,74
	Хлеб пшеничный	35	2,45	0,70	17,50	84	пром.5	3,39	4,07
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.3	8,20	10,66
	Итого за рацион питания :	600	22,46	22,32	95,01	675		143,13	212,03
Обед	Ассорти овощное вариант I	100	0,84	0,15	2,50	14	№ТК АС/1	13,70	19,14
	Суп гороховый	250	5,30	5,02	19,90	146	54-80-2022	10,05	15,07
	Биточки по-белорусски	100	11,34	17,84	15,74	237	521-22	79,96	119,95
	Каша пшеничная рассыпчатая	200	8,42	6,00	31,12	203	ТК	12,90	19,34
	Компот из клубники и яблок	200	0,22	0,14	9,62	41	5ХН-22	7,67	11,10
	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	96	Пром. 5	3,87	4,65
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42	Пром.2	2,22	2,67
	Кондитерские изделия (пряники)	25	0,55	0,41	6,82	130	Пром.	9,52	12,38
	Итого за рацион питания :	935	30,67	30,56	114,7	909		139,89	204,30
Полдник	Пирожок печеный с картофелем	100	6,19	7,70	32,69	232	№ТК/П/25	10,36	15,52
	Кофейный напиток с молоком	180	2,84	2,41	14,36	91	379-2017	12,37	18,55
	Фрукты свежие (апельсин)	100	0,90	0,20	8,10	43	Пром.11	17,60	22,88
	Итого за рацион питания :	380	9,93	10,31	55,15	366		40,33	56,95
ВСЕГО :		1 915	63,06	63,19	264,86	1 950		323,35	473,28

Заведующий производством

Должность

подпись

расшифровка подписи