

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО «Школьное питание»

Шевченко М. С.



«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

ДИРЕКТОР
МАОУ СОШ № 49
С. А. ДИКХМЕНКО

Ежедневное меню
основного (организованного) питания

Возраст: 12 лет

Категория: 5-11 классы

Дата: 12.11.2024 Циклическое меню: Неделя: 2 День: 2

* очищенные овощи

КОМПЛЕКС № 1

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 (капуста пекинская)	100	1,57	6,30	4,41	81	ТК	9,52	13,05
	Паста сливочная с курицей	200	13,32	15,08	35,46	325	406-2022	40,89	61,35
	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		71,30	101,06
Обед	Салат из квашеной капусты	100	1,72	5,00	8,47	86	47-2017	12,76	16,93
	Борщ Кубанский с фасолью	250	3,90	4,30	16,00	118	ТК № 0/11	17,16	25,76
	Биточек "Эврика"	100	9,40	10,00	19,82	222	ТК № 3/10 Н	43,08	64,61
	Картофельное пюре	200	4,27	6,93	26,40	186	54-11г-2022	23,37	35,07
	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 (мандарин)	100	0,80	0,20	7,50	38	Пром.4	14,50	18,85
Итого за рацион питания :	1 020	25,69	27,63	127,38	876		125,98	181,85	
Полдник	Котлета куриная, запеченная в тесте	100	9,65	10,41	33,17	273	ТК № П/5	23,66	35,24
	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		33,38	48,34
ВСЕГО :		1 970	55,23	60,62	261,12	1 829		230,66	331,25

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи

«УТВЕРЖДЕНО»
 Руководитель АНО «Школьное питание»

Шевченко М. С.



«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

ДИРЕКТОР
 МАОУ СОШ № 49
 С. П. ХОМЕНКО

**Ежедневное меню
 основного (организованного) питания**

Возраст: 12 лет

Категория: 5-11 классы

Дата: 12.11.2024 Циклическое меню: Неделя: 2 День: 2

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	Салат витаминный (капуста пекинская)	100	1,57	6,30	4,41	81	ТК	9,52	13,05
	Птица с крупой пшеничной и овощами из духовки	200	16,61	16,04	31,93	367	ТК/10	44,19	66,27
	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	647		74,60	105,98
Обед	Салат из квашеной капусты	100	1,72	5,00	8,47	86	47-2017	12,76	16,93
	Борщ Кубанский с фасолью	250	3,90	4,30	16,00	118	ТК № 0/11	17,16	25,76
	Поджарка из рыбы	100	13,20	12,21	9,56	234	№500	48,22	72,34
	Картофель по-деревенски	200	5,46	6,29	43,01	240	646-202	22,02	33,03
	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 (мандарин)	100	0,80	0,20	7,50	38	Пром.4	14,50	18,85
	Итого за рацион питания :	1 020	30,68	29,2	133,73	942		129,77	187,54
Полдник	Котлета куриная, запеченная в тесте	100	9,65	10,41	33,17	273	ТК № П/5	23,66	35,24
	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		33,38	48,34
ВСЕГО :		1 970	63,51	63,15	263,94	1 937		237,75	341,86

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи