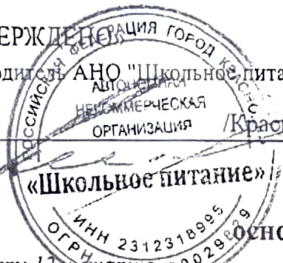


«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО «Школьное питание»



Краснодеедов В. А.

«Школьное питание»

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации



ДИРЕКТОР
МАОУ СОШ № 49

Ежедневное меню
основного (организованного) питания *

Возраст: 12 лет

Категория: 5-11 классы

Дата: 13.12.2024 Циклическое меню: Неделя: 2 День: 5

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 | Закуска из моркови | 100 | 0,90 | 8,20 | 4,80 | 189 | Пром. | 14,70 | 19,11 |
| | Плов из говядины | 200 | 15,30 | 14,70 | 38,60 | 348 | 54-11м-22 | 60,81 | 91,23 |
| | Чай с сахаром | 180 | 0,18 | | 5,85 | 24 | 54-2гн-2022 | 1,07 | 1,60 |
| | 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 |
| | Итого за рацион питания : | 630 | 20,08 | 24,1 | 83,05 | 722 | | 88,87 | 127,42 |
| Обед | Кукуруза сахарная | 100 | 2,00 | 0,33 | 10,17 | 52 | 54-21з-2022 | 32,49 | 42,23 |
| | Рассольник "Южный" | 250 | 3,00 | 8,25 | 20,10 | 135 | ТК № О/15 | 9,90 | 14,44 |
| | Наггетсы куриные | 100 | 5,47 | 7,55 | 31,82 | 234 | ТК № О/1 | 59,52 | 89,27 |
| | Макароны отварные с сыром | 180 | 12,18 | 14,33 | 30,70 | 301 | 204-17 | 32,87 | 49,31 |
| | Напиток "Ассорти" (клубника) | 200 | 0,23 | 0,11 | 15,67 | 65 | ТК № О/8 | 9,12 | 13,68 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 2,80 | 0,80 | 20,00 | 96 | Пром. 5 | 3,69 | 4,43 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1,20 | 0,20 | 9,00 | 42 | Пром.2 | 2,12 | 2,54 |
| | Итого за рацион питания : | 890 | 26,88 | 31,57 | 137,46 | 925 | | 149,71 | 215,90 |
| Полдник | Булочка домашняя | 80 | 6,16 | 5,44 | 40,70 | 223 | ТК № П/6 | 6,31 | 9,47 |
| | Йогурт | 200 | 6,80 | 5,00 | 11,00 | 117 | Пром. | 32,97 | 42,86 |
| | Фрукты свежие (яблоко) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47 | Пром.3 | 7,40 | 9,62 |
| | Итого за рацион питания : | 380 | 13,36 | 10,84 | 61,5 | 387 | | 46,68 | 61,95 |
| ВСЕГО : | | 1 900 | 60,32 | 66,51 | 282,01 | 2 034 | | 285,26 | 405,27 |

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи

«УТВЕРЖДЕНО»
Руководитель АНО «Школьное питание»



/Краснодедов В. А.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации



ДИРЕКТОР
МАОУ СОШ № 49
С. А. П. ЕЖМЕНКО

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

Возраст: 12 и старше

Категория: 5-11 классы

Дата: 13.12.2024 Циклическое меню: Неделя: 2 День: 5

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 | Закуска из моркови | 100 | 0,90 | 8,20 | 4,80 | 189 | Пром. | 14,70 | 19,11 |
| | Азу из говядины с картофелем | 220 | 16,03 | 14,45 | 38,00 | 347 | ТК | 61,63 | 91,72 |
| | Чай с сахаром | 180 | 0,18 | | 5,85 | 24 | 54-2гн-2022 | 1,07 | 1,60 |
| | 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 |
| | Итого за рацион питания : | 650 | 20,81 | 23,85 | 82,45 | 721 | | 89,69 | 127,91 |
| Обед | Кукуруза сахарная | 100 | 2,00 | 0,33 | 10,17 | 52 | 54-21з-2022 | 32,49 | 42,23 |
| | Рассольник "Южный" | 250 | 3,00 | 8,25 | 20,10 | 135 | ТК № О/15 | 9,90 | 14,44 |
| | Бризоль | 120 | 18,26 | 12,19 | 12,83 | 328 | №559-22 | 65,55 | 98,32 |
| | Рис припущенный с овощами | 200 | 3,91 | 8,55 | 25,44 | 194 | ТК № О/11 | 26,71 | 37,05 |
| | Напиток "Ассорти" (клубника) | 200 | 0,23 | 0,11 | 15,67 | 65 | ТК № О/8 | 9,12 | 13,68 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 2,80 | 0,80 | 20,00 | 96 | Пром. 5 | 3,69 | 4,43 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1,20 | 0,20 | 9,00 | 42 | Пром.2 | 2,12 | 2,54 |
| | Итого за рацион питания : | 930 | 31,4 | 30,43 | 113,21 | 912 | | 149,58 | 212,69 |
| Полдник | Булочка домашняя | 80 | 6,16 | 5,44 | 40,70 | 223 | ТК № П/6 | 6,31 | 9,47 |
| | Йогурт | 200 | 6,80 | 5,00 | 11,00 | 117 | Пром. | 32,97 | 42,86 |
| | Фрукты свежие (яблоко) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47 | Пром.3 | 7,40 | 9,62 |
| | Итого за рацион питания : | 380 | 13,36 | 10,84 | 61,5 | 387 | | 46,68 | 61,95 |
| ВСЕГО : | | 1960 | 65,57 | 65,12 | 257,16 | 2020 | | 285,95 | 402,55 |

Заведующий производством

должность

подпись

растифровка подписи