



«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО «Школьное питание»

/Краснододов В. А.



«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

ДИРЕКТОР
МАОУ СОШ № 49
С. А. ЦАРХОМЕНКО

**Ежедневное меню
основного (организованного) питания**

Возраст: 12 в среднем
Категория: 5-11 классы

Дата: 16.12.2024 Циклическое меню: Неделя: 1 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	Сыр твердых сортов в нарезке	15	3,48	4,43		54	15-2017	10,60	15,90
	Яйцо вареное	40	4,80	4,00	0,30	56	54-60-2022	11,50	17,25
	Каша вязкая молочная из риса и пшена с маслом	200	5,78	10,65	31,88	248	175-2017	13,45	20,16
	Кофейный напиток с молоком	200	3,16	2,68	15,95	101	379-2017	11,32	16,95
	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 :	605	20,92	22,96	81,93	620		59,16	85,74
Обед	Огурцы соленые	100	0,85	0,18	2,30	16	Т 70-17	12,65	16,45
	Борщ Кубанский с фасолью	250	3,90	4,30	16,00	118	ТК № 0/11	17,50	26,26
	Наггетсы куриные	100	5,47	7,55	31,82	234	ТК № 0/1	59,52	89,27
	Макароны отварные с сыром	180	12,18	14,33	30,70	301	204-17	32,87	49,31
	Компот из клубники	200	0,30	0,10	10,30	43	бхн-22	11,24	16,87
	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
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.3	7,40	9,62
	Итого за рацион питания :	990	27,1	27,86	129,92	897		146,99	214,75
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 (апельсин)	100	0,90	0,20	8,10	43	Пром.11	16,00	20,80
	Итого за рацион питания :	380	13,86	10,64	59,8	383		55,28	73,13
ВСЕГО :		1 975	61,88	61,46	271,65	1 900		261,43	373,62

Заведующий производством
должность

Ю.И.
подпись

Краснододов В. А.
расшифровка подписи

«УТВЕРЖДЕНО»
Руководитель АНО «Школьное питание»



Краснодедов В. А.

«СОГЛАСОВАНО»
Руководитель общеобразовательной организации



ДИРЕКТОР
МА У СОШ № 49
С. ПАРХОМЕНКО

Ежедневное меню
основного (организованного) питания

Возраст: 12-14 лет
Категория: 5-11 классы

Дата: 16.12.2024 Циклическое меню: Неделя: 1 День: 1

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	Сыр твердых сортов в нарезке	15	3,48	4,43		54	15-2017	10,60	15,90
	Плов с сухофруктами	200	7,20	13,02	45,26	326	№Тк№0/17	20,37	30,53
	Кофейный напиток с молоком	200	3,16	2,68	15,95	101	379-2017	11,32	16,95
	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 :	565	17,54	21,33	95,01	642		54,58	78,86
Обед	Огурцы соленые	100	0,85	0,18	2,30	16	Т 70-17	12,65	16,45
	Борщ Кубанский с фасолью	250	3,90	4,30	16,00	118	ТК № 0/11	17,50	26,26
	Отбивная куриная в сырной панировке	120	15,40	17,45	15,83	328	№ТК/5	69,42	104,13
	Картофель отварной, запеченный с сыром	200	5,99	8,59	31,96	221	635-2022	24,18	36,28
	Компот из клубники	200	0,30	0,10	10,30	43	6хн-22	11,24	16,87
	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
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.3	7,40	9,62
	Итого за рацион питания :	1 030	30,84	32,02	115,19	911		148,20	216,58
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 (апельсин)	100	0,90	0,20	8,10	43	Пром.11	16,00	20,80
	Итого за рацион питания :	380	13,86	10,64	59,8	383		55,28	73,13
ВСЕГО :		1 975	62,24	63,99	270	1 936		258,06	368,57

Заведующий производством
должность

подпись

расшифровка подписи