



«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель ООО "Школьное питание"

Руководитель общеобразовательной организации

Краснододов В. А.

ДИРЕКТОР
МАОУ СОШ № 49
С. А. ПАРХОМЕНКО

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

Возраст: 12 и старше

Категория: 5-11 классы

Дата: 17.01.2025 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.	16,24	21,11
	Плов из говядины	200	15,30	14,70	38,60	348	54-11м-22	64,92	97,38
	Чай с сахаром	180	0,18		5,85	24	54-2гн-2022	1,12	1,68
	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	8,20	10,66
	Итого за рацион питания :	630	20,08	24,1	83,05	722		95,37	136,69
Обед	Кукуруза сахарная	100	2,00	0,33	10,17	52	54-21з-2022	35,74	46,46
	Рассольник "Южный"	250	3,00	8,25	10,10	74	ТК № О/15	11,00	16,06
	Наггетсы куриные	100	5,47	7,55	31,82	234	ТК № О/1	61,08	91,60
	Макароны отварные с сыром	180	12,18	14,33	30,70	301	204-17	37,94	56,90
	Напиток "Ассорти" (клубника)	200	0,23	0,11	15,67	65	ТК № О/8	9,81	14,72
	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	127,46	864		161,38	232,71
Полдник	Булочка домашняя	80	6,16	5,44	40,70	223	ТК № П/6	6,95	10,43
	Йогурт	200	6,80	5,00	11,00	117	Пром.	39,57	51,44
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.3	8,20	10,66
	Итого за рацион питания :	380	13,36	10,84	61,5	387		54,72	72,53
ВСЕГО :		1 900	60,32	66,51	272,01	1 973		311,47	441,93

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи

«УТВЕРЖДЕНО»
 Руководитель АНО «Школьное питание»
 Краснододов В. А.



«СОГЛАСОВАНО»
 Руководитель общеобразовательной организации
 ДИРЕКТОР
 МАОУ СОШ № 49
 С. А. ПАРХОМЕНКО

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

Возраст: 7 и 8 лет
 Категория: 5-11 классы

Дата: 17.01.2025 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.	16,24	21,11
	Азу из говядины с картофелем	220	16,03	14,45	38,00	347	ТК	65,98	98,16
	Чай с сахаром	180	0,18		5,85	24	54-2гн-2022	1,12	1,68
	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	8,20	10,66
	Итого за рацион питания :	650	20,81	23,85	82,45	721		96,43	137,47
Обед	Кукуруза сахарная	100	2,00	0,33	10,17	52	54-21з-2022	35,74	46,46
	Рассольник "Южный"	250	3,00	8,25	10,10	74	ТК № О/15	11,00	16,06
	Бризоль	120	18,26	12,19	12,83	328	№559-22	67,21	100,80
	Рис припущенный с овощами	200	3,91	8,55	25,44	194	ТК № О/11	30,02	41,65
	Напиток "Ассорти" (клубника)	200	0,23	0,11	15,67	65	ТК № О/8	9,81	14,72
	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	103,21	851		159,59	226,66
Полдник	Булочка домашняя	80	6,16	5,44	40,70	223	ТК № П/6	6,95	10,43
	Йогурт	200	6,80	5,00	11,00	117	Пром.	39,57	51,44
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.3	8,20	10,66
	Итого за рацион питания :	380	13,36	10,84	61,5	387		54,72	72,53
ВСЕГО :		1 960	65,57	65,12	247,16	1 959		310,74	436,66

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи