



ДИРЕКТОР
МАОУ СОШ № 49
С. А. ДАРХОМЕНКО

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

Григорьев



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

Возраст: 12 и старше

Категория: 5-11 классы

Дата: 17.03.2025 Циклическое меню: Неделя: 1 День: 1

КОМПЛЕКС № 1

* очищенные овощи

Принем пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	Цена продукта всего 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
	Яйцо вареное	40	4,80	4,00	0,30	56	54-60-2022	10,00	15,00
	Каша вязкая молочная из риса и пшена с маслом	200	5,78	10,65	31,88	248	175-2017	16,53	24,80
	Кофейный напиток с молоком	200	3,16	2,68	15,95	101	379-2017	13,74	20,61
	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	72	Пром.1	2,90	3,48
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42	Пром.2	2,22	2,67
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.3	8,20	10,66
	Итого за рацион питания :	605	20,92	22,96	81,93	620		67,24	97,69
Обед	Огурцы соленые	100	0,85	0,18	2,30	16	70-17	13,97	18,16
	Борщ Кубанский с фасолью	250	3,90	4,30	16,00	118	ТК № 0/11	20,34	30,51
	Наггетсы куриные	100	5,47	7,55	31,82	233	ТК № 0/1	60,89	91,32
	Макароны отварные с сыром	180	12,18	14,33	30,70	301	204-17	41,28	61,92
	Компот из клубники	200	0,30	0,10	10,30	43	бхв-22	12,09	18,13
	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
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.3	8,20	10,66
Итого за рацион питания :	990	27,1	27,86	129,92	896		162,86	238,02	
Полдник	Булочка домашняя	80	5,16	5,44	37,70	223	ТК № П/12	6,89	10,34
	Йогурт	200	6,80	5,00	11,00	117	Пром.	43,52	56,58
	Фрукты свежие (апельсин)	100	0,90	0,20	8,10	43	Пром.11	17,60	22,88
	Итого за рацион питания :	380	12,86	10,64	56,8	383		68,01	89,80
ВСЕГО :		1 975	60,88	61,46	268,65	1 899		298,11	425,51

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи

«УТВЕРЖДЕНО»
Руководитель АНО «Школьное питание»

Кранодедов В. А.

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



Ежедневное меню
основного (организованного) питания *

Возраст: 12 лет

Категория: 5-11 классы

Дата: 17.03.2025 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	13,65	20,47
	Плов с сухофруктами	200	7,20	13,02	45,26	326	№Тк:№0/17	21,21	31,80
	Кофейный напиток с молоком	200	3,16	2,68	15,95	101	379-2017	13,74	20,61
	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	72	Пром.1	2,90	3,48
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42	Пром.2	2,22	2,67
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.3	8,20	10,66
	Итого за рацион питания :	565	17,54	21,33	95,01	642		61,92	89,69
Обед	Огурцы соленые	100	0,85	0,18	2,30	16	70-17	13,97	18,16
	Борщ Кубанский с фасолью	250	3,90	4,30	16,00	118	ТК № 0/11	20,34	30,51
	Отбивная куриная в сырной панировке	120	15,40	17,45	15,83	328	№ТК/5	72,76	109,12
	Картофель отварной, запеченный с сыром	200	5,99	8,59	31,96	221	635-2022	28,12	42,19
	Компот из клубники	200	0,30	0,10	10,30	43	бхн-22	12,09	18,13
	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
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.3	8,20	10,66
Итого за рацион питания :	1 030	30,84	32,02	115,19	911		161,57	236,09	
Полдник	Булочка домашняя	80	5,16	5,44	37,70	223	ТК № П/12	6,89	10,34
	Йогурт	200	6,80	5,00	11,00	117	Пром.	43,52	56,58
	Фрукты свежие (апельсин)	100	0,90	0,20	8,10	43	Пром.11	17,60	22,88
	Итого за рацион питания :	380	12,86	10,64	56,8	383		68,01	89,80
ВСЕГО :		1 975	61,24	63,99	267	1 936		291,50	415,58

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи