



Краснододов В. А.

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



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

Возраст: 12 и старше

Категория: 5-11 классы

Дата: 18.03.2025 Циклическое меню: Неделя: 1 День: 2

КОМПЛЕКС № 1

* очищенные овощи

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	Цена продукта в наборе в рублях	Цена всего в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы				
Завтрак	Салат из свеклы и зеленого горошка	100	1,09	6,05	2,20	67	ТК № 86 Н	11,41	16,35
	Гречка по-Кубански	200	14,67	15,30	46,53	349	ТК № 3/14	84,29	126,41
	Чай с сахаром	200	0,20		6,50	27	54-2гн-2022	1,25	1,87
	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 :	650	19,66	22,55	89,03	604		110,27	161,44
Обед	Ассорти овощное вариант 1	100	0,84	0,15	2,50	14	№ТК АС/1	13,70	19,14
	Суп картофельный с мясными фрикадельками (250/25)	275	9,34	6,72	20,41	182	137-2004	35,90	53,87
	Котлета "Дружба"	100	12,86	13,42	10,95	224	ТК № 0/16	39,93	59,66
	Картофель отварной с зеленью	180	3,66	5,93	28,98	218	634-2022	25,78	38,65
	Напиток "Ассорти"(фруктово-ягодный)	200	0,10	0,10	18,78	74	ТК № 3/12	6,42	9,63
	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
	Кондитерские изделия (вафли)	15	0,32	2,66	5,69	48	Пром.	4,43	5,76
	Итого за рацион питания :	930	31,12	29,98	116,31	898		132,25	194,03
Полдник	Булочка ванильная	70	5,37	7,89	31,48	207	П/14	5,68	8,51
	Кофейный напиток с молоком	200	3,16	2,68	15,95	101	379-2017	13,74	20,61
	Фрукты свежие (апельсин)	100	0,90	0,20	8,10	43	Пром.11	17,60	22,88
	Итого за рацион питания :	370	9,43	10,77	55,53	351		37,02	52,00
ВСЕГО :		1 950	60,21	63,3	260,87	1 853		279,54	407,47

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи



«УТВЕРЖДЕНО»
Руководителем ЦС «Школьное питание»

Краснодеев В. А.

Руководитель образовательной организации

ДИРЕКТОР
МАОУ СОШ № 49
С.А. ПАРХОМЕНКО

«СОГЛАСОВАНО»



Ежедневное меню
основного (организованного) питания *

Возраст: 12 лет

Категория: 5-11 классы

Дата: 18.03.2025 Циклическое меню: Неделя: 1 День: 2

КОМПЛЕКС № 2

* общешкольные стандарты

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 из свеклы и зеленого горошка	100	1,09	6,05	2,20	67	ТК № 86 И	11,41	16,35
	Говядина, запеченная с макаронами и сыром	250	17,34	14,22	37,35	350	№85 НО	88,54	132,83
	Чай с сахаром	200	0,20		6,50	27	54-2гн-2022	1,25	1,87
	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 :	700	22,33	21,47	79,85	605		114,52	167,86
Обед	Ассорти овощное вариант 1	100	0,84	0,15	2,50	14	№ТК АС/1	13,70	19,14
	Суп картофельный с мясными фрикадельками (250/25)	275	9,34	6,72	20,41	182	137-2004	35,90	53,87
	Рыба, тушеная с овощами (горбуша)	100	10,22	13,44	9,35	226	461-22	58,17	87,23
	Каша пшеничная вязкая	200	5,44	5,13	28,62	195	349-22	7,57	11,34
	Напиток "Ассорти"(плодово-ягодный)	200	0,10	0,10	18,78	74	ТК № 3/12	6,42	9,63
	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
	Кондитерские изделия (вафли)	15	0,32	2,66	5,69	48	Пром.	4,43	5,76
	Итого за рацион питания :	950	30,26	29,2	114,35	877		132,28	194,29
Полдник	Булочка ванильная	70	5,37	7,89	31,48	207	П/14	5,68	8,51
	Кофейный напиток с молоком	200	3,16	2,68	15,95	101	379-2017	13,74	20,61
	Фрукты свежие (апельсин)	100	0,90	0,20	8,10	43	Пром.11	17,60	22,88
	Итого за рацион питания :	370	9,43	10,77	55,53	351		37,02	52,00
ВСЕГО :		2 020	62,02	61,44	249,73	1 833		283,82	414,15

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи