

«УТВЕРЖДЕНО»
 Руководитель ИНО «Школьное питание»
 Краснодеев В. А.

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

Ежедневное меню основного (организованного) питания

Возраст: 12 и старше

Категория: 5-11 классы

Дата: 18.04.2025 Циклическое меню: Неделя: 2 День: 5

КОМПЛЕКС № 1

* очищенные овощи

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептур	Цена продукта всего 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	13,30	38,60	312	№ Тк № Л/8	65,76	98,63
	Чай с сахаром	180	0,18		5,85	24	54-2гп-2022	1,12	1,68
	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 :	630	20,08	22,7	83,05	686		96,44	138,23
Обед	Кукуруза сахарная	100	2,00	0,33	10,17	52	54-21з-2022	35,66	46,36
	Рассольник "Южный"	250	3,00	8,25	20,10	135	ТК № О/15	11,00	16,06
	Наггетсы куриные	100	5,47	7,55	21,82	233	ТК № О/4	59,09	88,62
	Макароны отварные с сыром	180	12,18	14,33	30,70	301	204-17	40,77	61,14
	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	3,87	4,65
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42	Пром.2	2,22	2,67
	Итого за рацион питания :	890	26,88	31,57	127,46	924		162,42	234,22
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.	42,12	54,76
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.3	8,20	10,66
	Итого за рацион питания :	380	12,36	10,84	58,5	387		57,21	75,76
ВСЕГО :		1 900	59,32	65,11	269,01	1 997		316,07	448,21

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи

«УТВЕРЖДЕНО»
 Руководитель МАОУ «Школьное питание»
 (Краснододов В. А.)

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

Ежедневное меню
 основного (организованного) питания

Возраст: 12 и старше

Категория: 5-11 классы

Дата: 18.04.2025 Циклическое меню: Неделя: 2 День: 5

КОМПЛЕКС № 2

* очищенные овощи

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептур	Цена продукта в наборах 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	13,50	38,00	304	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	2,90	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	20,81	22,9	82,45	678		96,66	137,76
Обед	Кукуруза сахарная	100	2,00	0,33	10,17	52	54-21з-2022	35,66	46,36
	Рассольник "Южный"	250	3,00	8,25	20,10	135	ТК № О/15	11,00	16,06
	Бризоль	120	18,26	12,19	12,83	328	№559-22	64,47	96,70
	Рис припущенный с овощами	200	3,91	8,55	25,44	194	ТК № О/11	30,00	41,62
	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	3,87	4,65
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42	Пром.2	2,22	2,67
	Итого за рацион питания :	930	31,4	30,43	113,21	912		157,03	222,78
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.	42,12	54,76
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.3	8,20	10,66
	Итого за рацион питания :	380	12,36	10,84	58,5	387		57,21	75,76
ВСЕГО :		1 960	64,57	64,17	254,16	1 977		310,90	436,30

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи