

«УТВЕРЖДЕНО»
Руководитель АНО «Школьное питание»

Краснодедов В. А.

Возраст: 15 и старше
Категория: 5-11 классы

Дата: 18.12.2024 Циклическое меню: Неделя: 1 День: 3

* очищенные овощи

«СОГЛАСОВАНО»
Руководитель общеобразовательной организации

МАОУ СОШ № 49

ДИРЕКТОР
А. У. СОШ № 49
ПАРХОМЕНКО

Ежедневное меню
основного (организованного) питания

КОМПЛЕКС № 1

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	Сыр твердых сортов в нарезке	15	3,48	4,43		54	15-2017	10,60	15,90
	Запеканка воздушная "Зебра" с джемом (180/20)	200	12,29	18,44	55,35	489	ТК № 3/7	82,43	123,67
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,30		6,70	28	54-3гн-2022	2,32	3,48
	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	96	Пром. 5	3,69	4,43
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.3	7,40	9,62
	Итого за рацион питания :	555	19,27	24,07	91,85	714		106,44	157,10
Обед	Салат витаминный	100	1,57	6,30	4,41	81	ТК №82 Н	9,71	13,34
	Борщ с капустой и картофелем	250	2,00	5,20	13,10	106	№110-2004	12,85	19,28
	Филе птицы, тушенное в сметанном соусе	120	13,90	9,40	4,61	200	ТК 594-22	49,77	74,65
	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,96	7,56	43,20	281	54-4г-2023	14,48	21,72
	Сок натуральный	200	1,00		20,20	85	Пром.	16,00	20,80
	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 :	910	32,43	29,46	114,52	891		108,62	156,76
Полдник	Пирожок печеный с картофелем	100	6,19	6,70	36,69	232	406-2017	9,46	14,17
	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107	382-2017	10,83	16,24
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.3	7,40	9,62
	Итого за рацион питания :	380	10,26	10,29	62,31	386		27,69	40,03
ВСЕГО :	1 845	61,96	63,82	268,68	1 991		242,75	353,89	

Заведующий производством
должность

Краснодедов
подпись

Пархоменко
расшифровка подписи

«УТВЕРЖДЕНО»
Руководитель АНО «Школьное питание»

«Школьное питание» Краснодарцев В. А.



«СОГЛАСОВАНО»
Руководитель общеобразовательной организации



ДИРЕКТОР
МАОУ СОШ № 49
С. П. ПАРХОМЕНКО

Ежедневное меню
основного (организованного) питания

Возраст: 12 и старше

Категория: 5-11 классы

Дата: 18.12.2024 Циклическое меню: Неделя: 1 День: 3

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
	Сырники творожные со сгущенным молоком (200/20)	200/20	13,75	17,50	60,07	485	ТК С 11	81,42	122,11
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,30		6,70	28	54-3гн-2022	2,32	3,48
	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	96	Пром. 5	3,69	4,43
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.3	7,40	9,62
	Итого за рацион питания :	575	20,73	23,13	96,57	710		105,43	155,54
Обед	Салат витаминный	100	1,57	6,30	4,41	81	ТК №82 Н	9,71	13,34
	Борщ с капустой и картофелем	250	2,00	5,20	13,10	106	№110-2004	12,85	19,28
	Фрикасе из курицы	120	19,98	12,28	21,13	275	599-22	51,40	77,11
	Рагу из овощей	180	3,66	6,46	30,75	205	Тк/Р1	14,39	20,93
	Сок натуральный	200	1,00		20,20	85	Пром.	16,00	20,80
	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 :	910	32,21	31,24	118,59	890		110,16	158,43	
Полдник	Пирожок печеный с картофелем	100	6,19	6,70	36,69	232	406-2017	9,46	14,17
	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107	382-2017	10,83	16,24
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.3	7,40	9,62
	Итого за рацион питания :	380	10,26	10,29	62,31	386		27,69	40,03
ВСЕГО :		1 865	63,2	64,66	277,47	1 986		243,28	354,00

Заведующий производством
должность

подпись

расшифровка подписи