



«УТВЕРЖДЕНО»
Руководитель АНО «Школьное питание»

Красавцев В. А.

«СОГЛАСОВАНО»
Руководитель образовательной организации
МАОУ СОШ № 49
С.Д. ПАРХОМЕНКО



Ежедневное меню
основного (организованного) питания *

Возраст:

Категория: 5-11 классы

Дата: 20.03.2025 Циклическое меню: Неделя: 1 День: 4

КОМПЛЕКС № 1

* очищенные овощи

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептур	Цена продукта в наборе в рублях	Цена всего в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы				
Завтрак	Кукуруза сахарная	100	2,00	0,33	10,17	52	54-21з-2022	35,66	46,36
	Омлет с морковью	200	14,80	20,00	9,80	268	ТК №22	52,61	78,91
	Сок натуральный	200	1,00		20,20	85	Пром.	17,00	22,10
	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	21,5	21,53	73,97	566		118,59	164,18
Обед	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	1,31	3,25	6,46	60	45-2017	7,37	11,04
	Суп гороховый	250	5,30	5,02	19,90	146	54-8с-2022	10,05	15,07
	Биточки (говядина)	100	14,50	14,40	14,50	250	Тк В/Б1	61,18	91,26
	Картофельное пюре	180	3,84	6,24	23,76	167	11г-2022	26,03	39,05
	Компот из кураги	200	1,00	0,10	15,69	67	54-2хн-2022	8,51	12,76
	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 (ирис)	25	0,85	1,95	23,30	120	Пром.	10,43	13,56
	Итого за рацион питания :	915	30,8	31,96	132,61	948		129,66	190,06
Полдник	Котлета куриная, запеченная в тесте	100	9,65	10,41	33,17	273	ТК № П/5	25,51	38,05
	Чай с молоком	200	1,60	1,10	8,70	51	54-4гн-2022	6,06	9,09
	Фрукты свежие (апельсин)	100	0,90	0,20	8,10	43	Пром.11	17,60	22,88
	Итого за рацион питания :	400	12,15	11,71	49,97	367		49,17	70,02
ВСЕГО :		1 965	64,45	65,2	256,55	1 881		297,42	424,26

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи

«УТВЕРЖДЕНО»
Руководитель АНО «Школьное питание»
АНО «ШКОЛЬНОЕ ПИТАНИЕ»
НЕКОММЕРЧЕСКАЯ
ОБЩЕСТВЕННАЯ
ОРГАНИЗАЦИЯ
ИНН 2312318995
ОГРН 1023100029029
Краснододов В. А.

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



Ежедневное меню
основного (организованного) питания *

Возраст: 14-15 лет
Категория: 5-11 классы

Дата: 20.03.2025 Циклическое меню: Неделя: 1 День: 4

КОМПЛЕКС № 2

* опущенные 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	Кукуруза сахарная	100	2,00	0,33	10,17	52	54-21з-2022	35,66	46,36
	Омлет с овощами	200	15,24	18,14	9,63	263	№Тк/Т1	50,27	74,90
	Сок натуральный	200	1,00		20,20	85	Пром.	17,00	22,10
	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	21,94	19,67	73,8	561		116,25	160,17
Обед	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	1,31	3,25	6,46	60	45-2017	7,37	11,04
	Суп гороховый	250	5,30	5,02	19,90	146	54-8с-2022	10,05	15,07
	Говядина в кисло-сладком соусе	120	13,60	14,30	9,86	195	№ТК 12	60,55	90,82
	Рис припущенный	200	4,67	6,40	29,75	224	№ТК 13	19,18	28,77
	Компот из кураги	200	1,00	0,10	15,69	67	54-2хн-2022	8,51	12,76
	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 (ирис)	25	0,85	1,95	23,30	120	Пром.	10,43	13,56
	Итого за рацион питания :	955	30,73	32,02	133,96	950		122,18	179,34
Полдник	Котлета куриная, запеченная в тесте	100	9,65	10,41	33,17	273	ТК № П/5	25,51	38,05
	Чай с молоком	200	1,60	1,10	8,70	51	54-4гн-2022	6,06	9,09
	Фрукты свежие (апельсин)	100	0,90	0,20	8,10	43	Пром.11	17,60	22,88
	Итого за рацион питания :	400	12,15	11,71	49,97	367		49,17	70,02
ВСЕГО :		2 005	64,82	63,4	257,73	1 878		287,60	409,53

Заведующий производством
должность

подпись

расшифровка подписи