



«УТВЕРЖДЕНО»
 Руководитель АНО «Школьное питание»
 НЕКОММЕРЧЕСКАЯ
 ОРГАНИЗАЦИЯ

Краснодеев В. А.

«СОГЛАСОВАНО»
 Руководитель образовательной организации

ДИРЕКТОР
 МАОУ СОШ № 49
 С. А. ПАРХОМЕНКО



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

Возраст: 7 и старше

Категория: 5-11 классы

Дата: 22.01.2025 Циклическое меню: Неделя: 1 День: 3

КОМПЛЕКС № 1

* 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
	Воздушная "Зебра" с джемом (180/20)	200	12,29	17,44	55,35	463	ТК № 3/14	102,42	153,63
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,30		6,70	28	54-3гн-2022	2,49	3,73
	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	8,20	10,66
	Итого за рацион питания :	555	19,27	23,07	91,85	688		130,45	192,92
Обед	Салат витаминный	100	1,57	6,30	4,41	81	ТК №82 Н	10,85	14,93
	Борщ с капустой и картофелем	250	2,00	5,20	13,10	106	№110-2004	15,08	22,63
	Птица, тушенная в сметанном соусе	120	12,90	9,40	5,61	200	ТК 594-22	52,56	78,83
	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,96	7,56	43,20	281	54-4г-2023	16,26	24,38
	Сок натуральный	200	1,00		20,20	85	Пром.	17,00	22,10
	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	31,43	29,46	115,52	891		117,56	169,84
Полдник	Пирожок печеный с картофелем	100	6,19	7,70	32,69	232	№ТК/П/25	10,30	15,42
	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107	382-2017	13,05	19,57
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.3	8,20	10,66
	Итого за рацион питания :	380	10,26	11,29	58,31	386		31,55	45,65
ВСЕГО :		1 845	60,96	63,82	265,68	1 965		279,56	408,41

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи



«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: 22.01.2025 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	13,65	20,47
	Сырники творожные со сгущенным молоком (200/20)	200/20	13,75	17,50	60,07	455	ТК С/12	101,90	152,83
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,30		6,70	28	54-3гн-2022	2,49	3,73
	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	8,20	10,66
	Итого за рацион питания :	575	20,73	23,13	96,57	680		129,93	192,12
Обед	Салат витаминный	100	1,57	6,30	4,41	81	ТК №82 Н	10,85	14,93
	Борщ с капустой и картофелем	250	2,00	5,20	13,10	106	№110-2004	15,08	22,63
	Фрикасе из курицы	120	18,98	12,28	21,13	275	599-22	53,98	80,97
	Рагу из овощей	180	3,66	6,46	30,75	205	Тж/Р1	16,21	23,55
	Сок натуральный	200	1,00		20,20	85	Пром.	17,00	22,10
	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	31,21	31,24	118,59	890		118,93	171,15
Полдник	Пирожок печеный с картофелем	100	6,19	7,70	32,69	232	№ТК/П/25	10,30	15,42
	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107	382-2017	13,05	19,57
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.3	8,20	10,66
	Итого за рацион питания :	380	10,26	11,29	58,31	386		31,55	45,65
ВСЕГО :		1 865	62,2	65,66	273,47	1 956		280,41	408,92

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи