

«УТВЕРЖДЕНО»  
Руководитель АНО "Школьное питание"

«СОГЛАСОВАНО»  
Руководитель общеобразовательной организации

/Краснодедов В. А.

МАОУ  
СОШ № 49

ДИРЕКТОР  
МАОУ СОШ № 49  
С. ПАРХМЕНКО

«Школьное питание»

Ежедневное меню  
основного (организованного) питания \*

Возраст: 12-14 лет

Категория: 5-11 классы

Дата: 25.11.2024 Циклическое меню: Неделя: 2 День: 1

**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	Яйцо вареное	40	4,80	4,00	0,30	56	54-60-2022	10,00	15,00
	Каша вязкая молочная из риса	200	5,72	10,33	40,90	280	174-2017	18,34	27,50
	Кофейный напиток с молоком	200	3,16	2,68	15,95	101	379-2017	11,32	16,95
	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	72	Пром.1	2,77	3,32
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42	Пром.2	2,12	2,54
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.3	7,40	9,62
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>590</b>	<b>17,38</b>	<b>18,21</b>	<b>90,95</b>	<b>598</b>		<b>51,95</b>	<b>74,93</b>
Обед	Салат из свежих помидоров	100	1,10	6,12	4,57	78	23-2017	14,90	19,86
	Суп картофельный с клецками	250	2,25	3,27	13,75	93	54-60-2022	7,13	10,70
	Шницель из курицы	100	19,20	4,26	13,46	169	54-24м-2022	36,72	54,73
	Ризотто с овощами	180	4,69	9,58	39,42	254	ТК № О/10	22,89	31,31
	Напиток "Ассорти"(плодово-ягодный)	200	0,10	0,10	18,78	74	ТК № 3/12	5,85	8,77
	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
	Кондитерские изделия (вафли)	15	0,32	2,66	5,69	48	Пром.	4,30	5,59
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>905</b>	<b>31,66</b>	<b>26,99</b>	<b>124,67</b>	<b>854</b>		<b>97,60</b>	<b>137,93</b>
	Полдник	Булочка ванильная	70	5,37	5,89	33,48	207	П/7	5,20
Кефир		200	5,80	5,00	8,00	100	Пром.10	17,38	22,59
Фрукты свежие (яблоко)		100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.3	7,40	9,62
<b>Итого за рацион питания :</b>		<b>370</b>	<b>11,57</b>	<b>11,29</b>	<b>51,28</b>	<b>354</b>		<b>29,98</b>	<b>40,01</b>
<b>ВСЕГО :</b>		<b>1 865</b>	<b>60,61</b>	<b>56,49</b>	<b>266,9</b>	<b>1 806</b>		<b>179,53</b>	<b>252,87</b>

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО «Школьное питание»

Краснодедов В. А.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

ДИРЕКТОР  
МАОУ СОШ № 49  
С. П. БАРХСМЕНКО

«Школьное питание»

Ежедневное меню  
основного (организованного) питания \*

Возраст: 12 и старше

Категория: 5-11 классы

Дата: 25.11.2024 Циклическое меню: Неделя: 2 День: 1

\* очищенные овощи

КОМПЛЕКС № 2

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	Яйцо вареное	40	4,80	4,00	0,30	56	54-60-2022	10,00	15,00
	Запеканка со свежими плодами с джемом	220	7,29	10,98	46,00	297	№395	19,52	28,78
	Кофейный напиток с молоком	200	3,16	2,68	15,95	101	379-2017	11,32	16,95
	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	72	Пром.1	2,77	3,32
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42	Пром.2	2,12	2,54
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.3	7,40	9,62
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>610</b>	<b>18,95</b>	<b>18,86</b>	<b>96,05</b>	<b>615</b>		<b>53,13</b>	<b>76,21</b>
Обед	Салат из свежих помидоров	100	1,10	6,12	4,57	78	23-2017	14,90	19,86
	Суп картофельный с клецками	250	2,25	3,27	13,75	93	54-60-2022	7,13	10,70
	Куры запеченные	100	18,57	11,29	12,50	215	№568-22	47,15	70,72
	Рагу из овощей	180	2,74	8,04	32,54	185	№334-22	13,84	20,11
	Напиток "Ассорти"(плодово-ягодный)	200	0,10	0,10	18,78	74	ТК № 3/12	5,85	8,77
	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
	Кондитерские изделия (вафли)	15	0,32	2,66	5,69	48	Пром.	4,30	5,59
<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>905</b>	<b>29,08</b>	<b>32,48</b>	<b>116,83</b>	<b>831</b>		<b>98,98</b>	<b>142,72</b>	
Полдник	Булочка ванильная	70	5,37	5,89	33,48	207	П/7	5,20	7,80
	Кефир	200	5,80	5,00	8,00	100	Пром.10	17,38	22,59
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.3	7,40	9,62
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>370</b>	<b>11,57</b>	<b>11,29</b>	<b>51,28</b>	<b>354</b>		<b>29,98</b>	<b>40,01</b>
<b>ВСЕГО :</b>	<b>1 885</b>	<b>59,6</b>	<b>62,63</b>	<b>264,16</b>	<b>1 800</b>		<b>182,09</b>	<b>258,94</b>	

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи