



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

Возраст: 12 и старше

Категория: 5-11 классы

Дата: 26.11.2024 Циклическое меню: Неделя: 2 День: 2

**КОМПЛЕКС № 1**

\* очищенные овощи

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептур	Цена продуктового набора в рублях	Цена всего в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы				
Завтрак	Салат витаминный (капуста пекинская)	100	1,57	6,30	4,41	81	ТК №82 Н	9,54	13,08
	Паста сливочная с курицей	200	13,32	15,08	35,46	325	406-2022	40,89	61,35
	Сок натуральный	200	1,00		20,20	85	Пром.	16,00	20,80
	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
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>550</b>	<b>19,19</b>	<b>22,18</b>	<b>84,07</b>	<b>605</b>		<b>71,32</b>	<b>101,09</b>
Обед	Салат из квашеной капусты	100	1,72	5,00	8,47	86	47-2017	12,76	16,93
	Борщ Кубанский с фасолью	250	3,90	4,30	16,00	118	ТК № 0/11	17,16	25,76
	Биточек "Эврика"	100	9,40	10,00	19,82	222	ТК № 3/10 Н	43,08	64,61
	Картофельное пюре	200	4,27	6,93	26,40	186	54-11г-2022	23,37	35,07
	Компот из кураги	200	1,00	0,10	15,69	67	54-2хн-2022	8,24	12,38
	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	96	Пром. 5	3,69	4,43
	Хлеб ржаной	30	1,80	0,30	13,50	63	Пром.6	3,18	3,82
	Фрукты свежие (мандарин)	100	0,80	0,20	7,50	38	Пром.4	14,50	18,85
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>1 020</b>	<b>25,69</b>	<b>27,63</b>	<b>127,38</b>	<b>876</b>		<b>125,98</b>	<b>181,85</b>
Полдник	Котлета куриная, запеченная в тесте	100	9,65	10,41	33,17	273	ТК № П/5	23,66	35,24
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,30		6,70	28	54-Эгн-2022	2,32	3,48
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.3	7,40	9,62
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>400</b>	<b>10,35</b>	<b>10,81</b>	<b>49,67</b>	<b>348</b>		<b>33,38</b>	<b>48,34</b>
<b>ВСЕГО :</b>		<b>1 970</b>	<b>55,23</b>	<b>60,62</b>	<b>261,12</b>	<b>1 829</b>		<b>230,68</b>	<b>331,28</b>

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи

«УТВЕРЖДЕНО»  
Руководитель АНО «Школьное питание»

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

Краснододов В. А.

МАОУ СОШ № 49  
ДИРЕКТОР  
МАОУ СОШ № 49  
С. ПАРХОМЕНКО

«Школьное питание»

Ежедневное меню  
основного (организованного) питания \*

Возраст: 12 лет старше

Категория: 5-11 классы

Дата: 26.11.2024 Циклическое меню: Неделя: 2 День: 2

**КОМПЛЕКС № 2**

\* 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	Салат витаминный (капуста пекинская)	100	1,57	6,30	4,41	81	ТК №82 Н	9,54	13,08
	Птица с крупой пшеничной и овощами из духовки	200	16,61	16,04	31,93	345	ТК/10	44,19	66,27
	Сок натуральный	200	1,00		20,20	85	Пром.	16,00	20,80
	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
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>550</b>	<b>22,48</b>	<b>23,14</b>	<b>80,54</b>	<b>625</b>		<b>74,62</b>	<b>106,01</b>
Обед	Салат из квашеной капусты	100	1,72	5,00	8,47	86	47-2017	12,76	16,93
	Борщ Кубанский с фасолью	250	3,90	4,30	16,00	118	ТК № 0/11	17,16	25,76
	Поджарка из рыбы	100	13,20	10,21	5,56	167	№500	48,25	72,38
	Картофель по-деревенски	200	5,46	6,29	43,01	240	646-22	22,02	33,03
	Компот из кураги	200	1,00	0,10	15,69	67	54-2хн-2022	8,24	12,38
	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	96	Пром. 5	3,69	4,43
	Хлеб ржаной	30	1,80	0,30	13,50	63	Пром.6	3,18	3,82
	Фрукты свежие (мандарин)	100	0,80	0,20	7,50	38	Пром.4	14,50	18,85
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>1 020</b>	<b>30,68</b>	<b>27,2</b>	<b>129,73</b>	<b>875</b>		<b>129,80</b>	<b>187,58</b>
Полдник	Котлета куриная, запеченная в тесте	100	9,65	10,41	33,17	273	ТК № П/5	23,66	35,24
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,30		6,70	28	54-3гн-2022	2,32	3,48
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.3	7,40	9,62
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>400</b>	<b>10,35</b>	<b>10,81</b>	<b>49,67</b>	<b>348</b>		<b>33,38</b>	<b>48,34</b>
<b>ВСЕГО :</b>		<b>1 970</b>	<b>63,51</b>	<b>61,15</b>	<b>259,94</b>	<b>1 848</b>		<b>237,80</b>	<b>341,93</b>

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи