

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"

/Краснододов 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: 26.12.2024 Циклическое меню: Неделя: 2 День: 4

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	Ассорти овощное вариант 2	100	1,10	0,14	3,85	20	№ТК АС/2	10,46	14,77
	Омлет с картофелем (запеченный)	200	17,60	21,20	15,00	378	345-2004	58,59	87,88
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,30		6,70	28	54-3гн-2022	2,32	3,48
	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
	Кондитерские изделия (пряники)	25	0,55	0,41	6,82	130	Пром.	8,90	11,57
	Итого за рацион питания :	575	22,85	22,55	56,37	670		85,16	123,56
Обед	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	1,31	3,25	6,46	60	45-2017	6,52	9,78
	Суп картофельный с мясными фрикадельками (250/25)	275	9,34	6,72	20,41	182	137-2004	33,02	49,52
	Рыба запеченная "Фиш-ка" (минтай)	100	11,44	14,30	4,17	238	ТК № О/6	40,70	61,03
	Картофель отварной с зеленью	180	3,66	5,93	28,98	218	634-2022	22,22	33,32
	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
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.3	7,40	9,62
	Итого за рацион питания :	1 015	31,15	31,6	119,02	968		131,67	191,04
Полдник	Расстегай с мясом	75	9,43	8,04	22,48	267	П/9	21,73	32,57
	Чай с молоком	200	1,60	1,10	8,70	51	54-4гн-2022	4,93	7,40
	Фрукты свежие (апельсин)	100	0,90	0,20	8,10	43	Пром.11	16,00	20,80
	Итого за рацион питания :	375	11,93	9,34	39,28	361		42,66	60,77
ВСЕГО :		1 965	65,93	63,49	214,67	1 999		259,49	375,37

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"

/Краснододов В. А.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации



ДИРЕКТОР
МАУ СОШ № 49
С. ПАРХОМЕНКО

Ежедневное меню
основного (организованного) питания *

Возраст: 12 и старше

Категория: 5-11 классы

Дата: 26.12.2024 Циклическое меню: Неделя: 2 День: 4

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	Ассорти овощное вариант 2	100	1,10	0,14	3,85	20	№ТК АС/2	10,46	14,77
	Омлет натуральный	210	16,75	19,21	24,54	358	ТК	59,12	88,67
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,30		6,70	28	54-3гн-2022	2,32	3,48
	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
	Кондитерские изделия (пряники)	25	0,55	0,41	6,82	130	Пром.	8,90	11,57
	Итого за рацион питания :	585	22	20,56	65,91	650		85,69	124,35
Обед	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	1,31	3,25	6,46	60	45-2017	6,52	9,78
	Суп картофельный с мясными фрикадельками (250/25)	275	9,34	6,72	20,41	182	137-2004	33,02	49,52
	Фишболы в томатном соусе (100/20)	120	13,25	11,05	6,40	208	№ТК/13	37,65	56,46
	Картофель фри	200	2,11	9,00	36,11	247	№648-22	25,72	38,59
	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
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.3	7,40	9,62
	Итого за рацион питания :	1 055	31,41	31,42	128,38	967		132,12	191,74
Полдник	Расстегай с мясом	75	9,43	8,04	22,48	267	П/9	21,73	32,57
	Чай с молоком	200	1,60	1,10	8,70	51	54-4гн-2022	4,93	7,40
	Фрукты свежие (апельсин)	100	0,90	0,20	8,10	43	Пром.11	16,00	20,80
	Итого за рацион питания :	375	11,93	9,34	39,28	361		42,66	60,77
ВСЕГО :		2 015	65,34	61,32	233,57	1 978		260,47	376,86

Заведующий производством

должность

Краснододов В. А.
подпись

Краснододов В. А.
расшифровка подписи

