

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"

Краснододов В. А.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

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

Возраст: 7-11 лет

Категория: 1-4 классы

Дата: 21.01.2025 Цикличное меню: Неделя: 1 День: 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        | Салат из свеклы и зеленого горошка                | 60               | 0,62                    | 3,63         | 1,32          | 40                            | ТК № 86 Н   | 6,84                              | 9,82                |
|                | Гречка по-Кубански                                | 150              | 9,27                    | 12,68        | 32,93         | 262                           | ТК № 3/14   | 63,20                             | 94,83               |
|                | Чай с сахаром                                     | 200              | 0,20                    |              | 6,50          | 27                            | 54-2гн-2022 | 1,25                              | 1,87                |
|                | 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      | 8,20                              | 10,66               |
|                | <b>Итого за рацион питания :</b>                  | <b>560</b>       | <b>13,79</b>            | <b>17,51</b> | <b>74,55</b>  | <b>490</b>                    |             | <b>84,38</b>                      | <b>123,04</b>       |
| Обед           | Ассорти овощное вариант 1                         | 60               | 0,50                    | 0,09         | 1,50          | 8                             | №ТК АС/1    | 7,69                              | 10,83               |
|                | Суп картофельный с мясными фрикадельками (200/25) | 225              | 7,64                    | 5,50         | 16,70         | 149                           | 137-2004    | 33,10                             | 49,65               |
|                | Котлета "Дружба"                                  | 90               | 12,48                   | 12,08        | 7,16          | 201                           | ТК № 0/16 Н | 35,89                             | 53,67               |
|                | Картофель отварной с зеленью                      | 150              | 3,05                    | 4,94         | 24,15         | 182                           | 634-2022    | 21,48                             | 32,22               |
|                | Напиток "Ассорти"(плодово-ягодный)                | 200              | 0,10                    | 0,10         | 18,78         | 74                            | ТК № 3/12   | 6,42                              | 9,63                |
|                | 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.       | 4,43                              | 5,76                |
|                | <b>Итого за рацион питания :</b>                  | <b>800</b>       | <b>28,09</b>            | <b>26,37</b> | <b>102,98</b> | <b>800</b>                    |             | <b>114,82</b>                     | <b>168,73</b>       |
| Полдник        | Булочка ванильная                                 | 60               | 4,60                    | 5,05         | 28,70         | 177                           | ТК № П/7    | 4,94                              | 7,41                |
|                | Кофейный напиток с молоком                        | 200              | 3,16                    | 2,68         | 15,95         | 101                           | 379-2017    | 13,74                             | 20,61               |
|                | Фрукты свежие (апельсин)                          | 100              | 0,90                    | 0,20         | 8,10          | 43                            | Пром.11     | 17,60                             | 22,88               |
|                | <b>Итого за рацион питания :</b>                  | <b>360</b>       | <b>8,66</b>             | <b>7,93</b>  | <b>52,75</b>  | <b>321</b>                    |             | <b>36,28</b>                      | <b>50,90</b>        |
| <b>ВСЕГО :</b> |   | <b>1 720</b>     | <b>50,54</b>            | <b>51,81</b> | <b>230,28</b> | <b>1 611</b>                  |             | <b>235,48</b>                     | <b>342,67</b>       |

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО «Школьное питание»

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

Краснодеев В. А.

/

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

Возраст: 12 и старше

Категория: 5-11 классы

Дата: 21.01.2025 Циклическое меню: Неделя: 1 День: 2

**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        | Салат из свеклы и зеленого горошка                | 100              | 1,09                    | 6,05         | 2,20          | 67                            | ТК № 86 Н   | 11,41                             | 16,35               |
|                | Гречка по-Кубански                                | 200              | 14,67                   | 15,30        | 46,53         | 349                           | ТК № 3/14   | 84,29                             | 126,41              |
|                | Чай с сахаром                                     | 200              | 0,20                    |              | 6,50          | 27                            | 54-2гн-2022 | 1,25                              | 1,87                |
|                | 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      | 8,20                              | 10,66               |
|                | <b>Итого за рацион питания :</b>                  | <b>650</b>       | <b>19,66</b>            | <b>22,55</b> | <b>89,03</b>  | <b>604</b>                    |             | <b>110,04</b>                     | <b>161,15</b>       |
| Обед           | Ассорти овощное вариант 1                         | 100              | 0,84                    | 0,15         | 2,50          | 14                            | №ТК АС/1    | 13,72                             | 19,16               |
|                | Суп картофельный с мясными фрикадельками (250/25) | 275              | 9,34                    | 6,72         | 20,41         | 182                           | 137-2004    | 35,98                             | 53,98               |
|                | Котлета "Дружба"                                  | 100              | 12,86                   | 13,42        | 10,95         | 224                           | ТК № 0/16   | 39,90                             | 59,62               |
|                | Картофель отварной с зеленью                      | 180              | 3,66                    | 5,93         | 28,98         | 218                           | 634-2022    | 25,78                             | 38,65               |
|                | Напиток "Ассорти"(плодово-ягодный)                | 200              | 0,10                    | 0,10         | 18,78         | 74                            | ТК № 3/12   | 6,42                              | 9,63                |
|                | 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.       | 4,43                              | 5,76                |
|                | <b>Итого за рацион питания :</b>                  | <b>930</b>       | <b>31,12</b>            | <b>29,98</b> | <b>116,31</b> | <b>898</b>                    |             | <b>132,04</b>                     | <b>193,77</b>       |
| Полдник        | Булочка ванильная                                 | 70               | 5,37                    | 7,89         | 31,48         | 207                           | П/14        | 5,75                              | 8,61                |
|                | Кофейный напиток с молоком                        | 200              | 3,16                    | 2,68         | 15,95         | 101                           | 379-2017    | 13,74                             | 20,61               |
|                | Фрукты свежие (апельсин)                          | 100              | 0,90                    | 0,20         | 8,10          | 43                            | Пром.11     | 17,60                             | 22,88               |
|                | <b>Итого за рацион питания :</b>                  | <b>370</b>       | <b>9,43</b>             | <b>10,77</b> | <b>55,53</b>  | <b>351</b>                    |             | <b>37,09</b>                      | <b>52,10</b>        |
| <b>ВСЕГО :</b> |   | <b>1 950</b>     | <b>60,21</b>            | <b>63,3</b>  | <b>260,87</b> | <b>1 853</b>                  |             | <b>279,17</b>                     | <b>407,02</b>       |

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи

«УТВЕРЖДЕНО»  
 Руководитель АНО «Школьное питание»

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

Краснододов В. А.

/

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

Возраст: 12 и старше

Категория: 5-11 классы

Дата: 21.01.2025 Циклическое меню: Неделя: 1 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 из свеклы и зеленого горошка                | 100              | 1,09                    | 6,05         | 2,20          | 67                            | ТК № 86 Н   | 11,41                           | 16,35               |
|                | Говядина, запеченная с макаронами и сыром         | 250              | 17,34                   | 14,22        | 37,35         | 350                           | №85 НО      | 88,54                           | 132,83              |
|                | Чай с сахаром                                     | 200              | 0,20                    |              | 6,50          | 27                            | 54-2гн-2022 | 1,25                            | 1,87                |
|                | 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      | 8,20                            | 10,66               |
|                | <b>Итого за рацион питания :</b>                  | <b>700</b>       | <b>22,33</b>            | <b>21,47</b> | <b>79,85</b>  | <b>605</b>                    |             | <b>114,29</b>                   | <b>167,57</b>       |
| Обед           | Ассорти овощное вариант 1                         | 100              | 0,84                    | 0,15         | 2,50          | 14                            | №ТК АС/1    | 13,72                           | 19,16               |
|                | Суп картофельный с мясными фрикадельками (250/25) | 275              | 9,34                    | 6,72         | 20,41         | 182                           | 137-2004    | 35,98                           | 53,98               |
|                | Рыба, тушеная с овощами (горбуша)                 | 100              | 10,22                   | 13,44        | 9,35          | 226                           | 461-22      | 56,65                           | 84,95               |
|                | Каша пшеничная вязкая                             | 200              | 5,44                    | 5,13         | 28,62         | 195                           | 349-22      | 7,57                            | 11,34               |
|                | Напиток "Ассорти"(плодово-ягодный)                | 200              | 0,10                    | 0,10         | 18,78         | 74                            | ТК № 3/12   | 6,42                            | 9,63                |
|                | 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.       | 4,43                            | 5,76                |
|                | <b>Итого за рацион питания :</b>                  | <b>950</b>       | <b>30,26</b>            | <b>29,2</b>  | <b>114,35</b> | <b>877</b>                    |             | <b>130,58</b>                   | <b>191,79</b>       |
| Полдник        | Булочка ванильная                                 | 70               | 5,37                    | 7,89         | 31,48         | 207                           | П/14        | 5,75                            | 8,61                |
|                | Кофейный напиток с молоком                        | 200              | 3,16                    | 2,68         | 15,95         | 101                           | 379-2017    | 13,74                           | 20,61               |
|                | Фрукты свежие (апельсин)                          | 100              | 0,90                    | 0,20         | 8,10          | 43                            | Пром.11     | 17,60                           | 22,88               |
|                | <b>Итого за рацион питания :</b>                  | <b>370</b>       | <b>9,43</b>             | <b>10,77</b> | <b>55,53</b>  | <b>351</b>                    |             | <b>37,09</b>                    | <b>52,10</b>        |
| <b>ВСЕГО :</b> |   | <b>2 020</b>     | <b>62,02</b>            | <b>61,44</b> | <b>249,73</b> | <b>1 833</b>                  |             | <b>281,96</b>                   | <b>411,46</b>       |

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи