

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"

/Краснодедов В. А.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

/



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

Возраст: 12 и старше

Категория: 5-11 классы

Дата: 28.02.2025 Цикличное меню: Неделя: 2 День: 5

**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        | Закуска из моркови               | 100              | 0,90                    | 8,20         | 4,80          | 189                           | Пром.       | 16,24                             | 21,11               |
|                | Азу из говядины с картофелем     | 220              | 16,03                   | 13,50        | 38,00         | 304                           | ТК          | 65,98                             | 98,16               |
|                | Чай с сахаром                    | 180              | 0,18                    |              | 5,85          | 24                            | 54-2гн-2022 | 1,12                              | 1,68                |
|                | Хлеб пшеничный                   | 30               | 2,10                    | 0,60         | 15,00         | 72                            | Пром.1      | 2,90                              | 3,48                |
|                | Хлеб ржаной                      | 20               | 1,20                    | 0,20         | 9,00          | 42                            | Пром.2      | 2,22                              | 2,67                |
|                | 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>20,81</b>            | <b>22,9</b>  | <b>82,45</b>  | <b>678</b>                    |             | <b>96,66</b>                      | <b>137,76</b>       |
| Обед           | Кукуруза сахарная                | 100              | 2,00                    | 0,33         | 10,17         | 52                            | 54-21з-2022 | 35,66                             | 46,36               |
|                | Рассольник "Южный"               | 250              | 3,00                    | 8,25         | 20,10         | 135                           | ТК № О/15   | 11,00                             | 16,06               |
|                | Бризоль                          | 120              | 18,26                   | 12,19        | 12,83         | 328                           | №559-22     | 67,21                             | 100,80              |
|                | Рис припущенный с овощами        | 200              | 3,91                    | 8,55         | 25,44         | 194                           | ТК № О/11   | 30,00                             | 41,62               |
|                | Напиток "Ассорти" (клубника)     | 200              | 0,23                    | 0,11         | 15,67         | 65                            | ТК № О/8    | 9,81                              | 14,72               |
|                | Хлеб пшеничный                   | 40               | 2,80                    | 0,80         | 20,00         | 96                            | Пром. 5     | 3,87                              | 4,65                |
|                | Хлеб ржаной                      | 20               | 1,20                    | 0,20         | 9,00          | 42                            | Пром.2      | 2,22                              | 2,67                |
|                | <b>Итого за рацион питания :</b> | <b>930</b>       | <b>31,4</b>             | <b>30,43</b> | <b>113,21</b> | <b>912</b>                    |             | <b>159,77</b>                     | <b>226,88</b>       |
| Полдник        | Булочка домашняя                 | 80               | 5,16                    | 5,44         | 37,70         | 223                           | ТК № П/12   | 6,95                              | 10,43               |
|                | Йогурт                           | 200              | 6,80                    | 5,00         | 11,00         | 117                           | Пром.       | 43,52                             | 56,58               |
|                | Фрукты свежие (яблоко)           | 100              | 0,40                    | 0,40         | 9,80          | 47                            | Пром.3      | 8,20                              | 10,66               |
|                | <b>Итого за рацион питания :</b> | <b>380</b>       | <b>12,36</b>            | <b>10,84</b> | <b>58,5</b>   | <b>387</b>                    |             | <b>58,67</b>                      | <b>77,67</b>        |
| <b>ВСЕГО :</b> |                                  | <b>1 960</b>     | <b>64,57</b>            | <b>64,17</b> | <b>254,16</b> | <b>1 977</b>                  |             | <b>315,10</b>                     | <b>442,31</b>       |

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи