

«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: 07.05.2025 Циклическое меню: Неделя: 1 День: 3

**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        | Сыр твердых сортов в нарезке                    | 15               | 3,48                    | 4,43         |               | 54                            | 15-2017     | 13,43                           | 20,15               |
|                | Сырники творожные со сгущенным молоком (200/20) | 200/20           | 13,75                   | 17,50        | 60,07         | 455                           | ТК С/12     | 99,77                           | 149,64              |
|                | Чай с сахаром и лимоном                         | 200              | 0,30                    |              | 6,70          | 28                            | 54-3гн-2022 | 2,49                            | 3,73                |
|                | Хлеб пшеничный                                  | 40               | 2,80                    | 0,80         | 20,00         | 96                            | Пром. 5     | 3,87                            | 4,65                |
|                | Фрукты свежие (яблоко)                          | 100              | 0,40                    | 0,40         | 9,80          | 47                            | Пром.3      | 8,20                            | 10,66               |
|                | <b>Итого за рацион питания :</b>                | <b>575</b>       | <b>20,73</b>            | <b>23,13</b> | <b>96,57</b>  | <b>680</b>                    |             | <b>127,76</b>                   | <b>188,83</b>       |
| Обед           | Салат витаминный                                | 100              | 1,57                    | 6,30         | 4,41          | 81                            | ТК №82 Н    | 10,85                           | 14,93               |
|                | Борщ с капустой и картофелем                    | 250              | 2,00                    | 5,20         | 13,10         | 106                           | №110-2004   | 15,02                           | 22,55               |
|                | Фрикасе из курицы                               | 120              | 18,98                   | 12,28        | 21,13         | 275                           | 599-22      | 52,49                           | 78,73               |
|                | Рагу из овощей                                  | 180              | 3,66                    | 6,46         | 30,75         | 205                           | Тк/Р1       | 16,21                           | 23,55               |
|                | Сок натуральный                                 | 200              | 1,00                    |              | 20,20         | 85                            | Пром.       | 17,00                           | 22,10               |
|                | 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>910</b>       | <b>31,21</b>            | <b>31,24</b> | <b>118,59</b> | <b>890</b>                    |             | <b>117,66</b>                   | <b>169,18</b>       |
| Полдник        | Пирожок печеный с картофелем                    | 100              | 6,19                    | 7,70         | 32,69         | 232                           | №ТК/П/25    | 10,12                           | 15,16               |
|                | Какао с молоком                                 | 180              | 3,67                    | 3,19         | 15,82         | 107                           | 382-2017    | 13,21                           | 19,81               |
|                | 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>10,26</b>            | <b>11,29</b> | <b>58,31</b>  | <b>386</b>                    |             | <b>31,53</b>                    | <b>45,63</b>        |
| <b>ВСЕГО :</b> |                                                 | <b>1 865</b>     | <b>62,2</b>             | <b>65,66</b> | <b>273,47</b> | <b>1 956</b>                  |             | <b>276,95</b>                   | <b>403,64</b>       |

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи