

«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: 21.04.2025 Циклическое меню: Неделя: 1 День: 1

**КОМПЛЕКС № 2**

\* 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        | Сыр твердых сортов в нарезке           | 15               | 3,48                    | 4,43         |               | 54                            | 15-2017    | 13,43                             | 20,15               |
|                | Плов с сухофруктами                    | 200              | 7,20                    | 13,02        | 45,26         | 326                           | №Тк№0/17   | 21,21                             | 31,80               |
|                | Кофейный напиток с молоком             | 200              | 3,16                    | 2,68         | 15,95         | 101                           | 379-2017   | 13,92                             | 20,88               |
|                | 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>565</b>       | <b>17,54</b>            | <b>21,33</b> | <b>95,01</b>  | <b>642</b>                    |            | <b>61,88</b>                      | <b>89,64</b>        |
| Обед           | Овощи в нарезке (помидор свежий)       | 100              | 1,17                    | 0,17         | 3,83          | 21                            | 54-3з-2022 | 20,92                             | 27,19               |
|                | Борщ Кубанский с фасолью               | 250              | 3,90                    | 4,30         | 16,00         | 118                           | ТК № 0/11  | 20,29                             | 30,44               |
|                | Отбивная куриная в сырной панировке    | 120              | 15,40                   | 17,45        | 15,83         | 328                           | №ТК/5      | 70,75                             | 106,13              |
|                | Картофель отварной, запеченный с сыром | 200              | 5,99                    | 8,59         | 31,96         | 221                           | 635-2022   | 27,97                             | 41,97               |
|                | Компот из клубники                     | 200              | 0,30                    | 0,10         | 10,30         | 43                            | бхн-22     | 12,09                             | 18,13               |
|                | 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                |
|                | Фрукты свежие (яблоко)                 | 100              | 0,40                    | 0,40         | 9,80          | 47                            | Пром.3     | 8,20                              | 10,66               |
|                | <b>Итого за рацион питания :</b>       | <b>1 030</b>     | <b>31,16</b>            | <b>32,01</b> | <b>116,72</b> | <b>916</b>                    |            | <b>166,31</b>                     | <b>241,84</b>       |
| Полдник        | Булочка домашняя                       | 80               | 5,16                    | 5,44         | 37,70         | 223                           | ТК № П/12  | 6,89                              | 10,34               |
|                | Йогурт                                 | 200              | 6,80                    | 5,00         | 11,00         | 117                           | Пром.      | 42,12                             | 54,76               |
|                | Фрукты свежие (апельсин)               | 100              | 0,90                    | 0,20         | 8,10          | 43                            | Пром.11    | 17,60                             | 22,88               |
|                | <b>Итого за рацион питания :</b>       | <b>380</b>       | <b>12,86</b>            | <b>10,64</b> | <b>56,8</b>   | <b>383</b>                    |            | <b>66,61</b>                      | <b>87,98</b>        |
| <b>ВСЕГО :</b> |                                        | <b>1 975</b>     | <b>61,56</b>            | <b>63,98</b> | <b>268,53</b> | <b>1 941</b>                  |            | <b>294,80</b>                     | <b>419,46</b>       |

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи