

Руководитель АНО "Школьное питание"

Руководитель общеобразовательной организации

/Краснодедов В. А.

Возраст: 12 и старше

Категория: 5-11 классы

Дата: 30.04.2025 Циклическое меню: Неделя: 2 День: 3

### 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        | Сыр твердых сортов в нарезке                     | 15               | 3,48                    | 4,43         |               | 54                            | 15-2017     | 13,43                             | 20,15               |
|                | Запеканка "Маковая неженка" с джемом 200(180/20) | 200              | 11,50                   | 9,72         | 40,07         | 374                           | № 3п/16     | 96,81                             | 145,24              |
|                | Какао с молоком                                  | 200              | 4,08                    | 3,54         | 17,58         | 119                           | 382-2017    | 14,68                             | 22,01               |
|                | Хлеб пшеничный                                   | 35               | 2,45                    | 0,70         | 17,50         | 84                            | пром.5      | 3,39                              | 4,07                |
|                | Фрукты свежие (яблоко)                           | 100              | 0,40                    | 0,40         | 9,80          | 47                            | Пром.3      | 8,20                              | 10,66               |
|                | <b>Итого за рацион питания :</b>                 | <b>550</b>       | <b>21,91</b>            | <b>18,79</b> | <b>84,95</b>  | <b>678</b>                    |             | <b>136,51</b>                     | <b>202,13</b>       |
| Обед           | Овощи в нарезке (огурец свежий)                  | 100              | 0,83                    | 0,17         | 2,50          | 14                            | 54-2з-2022  | 16,32                             | 21,22               |
|                | Суп гороховый                                    | 250              | 5,30                    | 5,02         | 19,90         | 146                           | 54-8с-2022  | 10,05                             | 15,07               |
|                | Гуляш из говядины (60/60)                        | 120              | 16,03                   | 16,90        | 5,92          | 197                           | №Тк/217     | 75,76                             | 113,63              |
|                | Рис припущенный                                  | 180              | 4,20                    | 5,76         | 42,00         | 236                           | 54-7г-2022  | 17,18                             | 25,76               |
|                | Компот из клубники и яблок                       | 200              | 0,22                    | 0,14         | 9,62          | 41                            | 5хн-22      | 7,67                              | 11,10               |
|                | 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                |
|                | Кондитерские изделия (пряники)                   | 25               | 0,55                    | 0,41         | 6,82          | 130                           | Пром.       | 9,52                              | 12,38               |
|                | <b>Итого за рацион питания :</b>                 | <b>935</b>       | <b>31,13</b>            | <b>29,4</b>  | <b>115,76</b> | <b>902</b>                    |             | <b>142,59</b>                     | <b>206,48</b>       |
| Полдник        | Пирожок печеный с картофелем                     | 100              | 6,19                    | 7,70         | 32,69         | 232                           | №ТК/П/25    | 10,12                             | 15,16               |
|                | Кофейный напиток с молоком                       | 180              | 2,84                    | 2,41         | 14,36         | 91                            | 379-2017    | 12,53                             | 18,79               |
|                | 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>9,93</b>             | <b>10,31</b> | <b>55,15</b>  | <b>366</b>                    |             | <b>40,25</b>                      | <b>56,83</b>        |
| <b>ВСЕГО :</b> |                                                  | <b>1 865</b>     | <b>62,97</b>            | <b>58,5</b>  | <b>255,86</b> | <b>1 946</b>                  |             | <b>319,35</b>                     | <b>465,44</b>       |

Заведующий производством

ДОЛЖНОСТЬ

ПОДПИСЬ

расшифровка подписи