

«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: 18.11.2024 Циклическое меню: Неделя: 1 День: 1

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	10,60	15,90
	Яйцо вареное	40	4,80	4,00	0,30	56	54-60-2022	10,00	15,00
	Каша вязкая молочная из риса и пшена с маслом	200	5,78	10,65	31,88	248	175-2017	13,45	20,16
	Кофейный напиток с молоком	200	3,16	2,68	15,95	101	379-2017	11,32	16,95
	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	7,40	9,62
	Итого за рацион питания :	605	20,92	22,96	81,93	620		57,66	83,49
Обед	Овощи в нарезке (огурец свежий)	100	0,83	0,17	2,50	14	54-2з-2022	19,38	25,19
	Борщ Кубанский с фасолью	250	3,90	4,30	16,00	118	ТК № 0/11	17,16	25,76
	Нагетсы куриные	100	5,47	7,55	31,82	234	ТК № 0/1	59,33	88,99
	Макароньы отварные с сыром	180	12,18	14,33	30,70	301	204-17	32,87	49,31
	Компот из клубники	200	0,30	0,10	10,30	43	6хн-22	11,24	16,87
	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
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.3	7,40	9,62
	Итого за рацион питания :	990	27,08	27,85	130,12	895		153,19	222,71
Полдник	Булочка домашняя	80	6,16	5,44	40,70	223	ТК № П/6	6,25	9,38
	Йогурт	200	6,80	5,00	11,00	117	Пром.	32,97	42,86
	Фрукты свежие (мандарин)	100	0,80	0,20	7,50	38	Пром.4	14,50	18,85
	Итого за рацион питания :	380	13,76	10,64	59,2	378		53,72	71,09
ВСЕГО :		1 975	61,76	61,45	271,25	1 893		264,57	377,29

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи