

«УТВЕРЖДЕНО»  
Руководитель АНО «Школьное питание»

Красноделов В. А.

«СОГЛАСОВАНО»  
Руководитель образовательной организации

МАОУ  
СОШ  
№ 57

Лавина С. В.

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

Возраст: 12 и старше

Категория: 5-11 классы

Дата: 02.12.2024 Циклическое меню: Неделя: 1 День: 1

**КОМПЛЕКС № 2**

Пример пяти	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергети- ческая плотность , Ккал	№ рецептур ы	Цена продуктов на выбор в рублях	Цена всего в рублях
			Белк и	Жир ы	Углево ды				
Завтрак	Сыр твердых сортов в нарезке	15	3,48	4,43		54	15-2017	10,60	15,90
	Плов с сухофруктами	200	7,20	13,02	45,26	326	№ТХ96/17	20,37	30,53
	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
	<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>54,58</b>	<b>78,86</b>
Обед	Овощи в нарезке (огурец свежий)	100	0,83	0,17	2,50	14	54-26-2022	19,38	25,19
	Отбивная куриная в сырной панировке	120	15,40	17,45	15,83	328	№ТХ5	69,42	104,13
	Картофель отварной, запеченный с сыром	200	5,99	8,59	31,96	221	835-2022	24,18	36,28
	Компот из клубники	200	0,30	0,10	10,30	43	654-22	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
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>780</b>	<b>26,92</b>	<b>27,71</b>	<b>99,39</b>	<b>791</b>		<b>137,43</b>	<b>199,06</b>
<b>ВСЕГО :</b>	<b>1345</b>	<b>44,46</b>	<b>49,04</b>	<b>194,4</b>	<b>1433</b>		<b>192,01</b>	<b>277,92</b>	

Заведующий производством  
подпись

*[Подпись]*  
подпись

*[Подпись]*  
подпись

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"

Краснододов В. А.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

МАОУ "Самаровка" № 57

Ежедневное меню  
основного (организованного) питания \*\*

Возраст: 12 и старше

Категория: 5-11 классы

Дата: 02.12.2024 Циклическое меню: Неделя: 1 День: 1

\*\* типичный рацион

КОМПЛЕКС № 1

Пример питания	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептур	Цена продукта в рубль	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
	Ябло вареное	40	4,80	4,00	0,30	56	54-60-2022	11,50	17,25
	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
<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>605</b>	<b>26,92</b>	<b>22,96</b>	<b>81,93</b>	<b>628</b>		<b>58,16</b>	<b>85,74</b>	
Обед	Овощи в нарезке (огурец свежий)	100	0,83	0,17	2,50	14	54-25-2022	19,38	25,19
	Нагетсы куриные	100	5,47	7,55	31,82	234	ТК.86.031	59,52	89,27
	Макаронь 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	600-22	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
<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>740</b>	<b>23,18</b>	<b>23,58</b>	<b>114,12</b>	<b>777</b>		<b>136,22</b>	<b>197,23</b>	
<b>ВСЕГО :</b>	<b>1345</b>	<b>44,1</b>	<b>46,51</b>	<b>196,05</b>	<b>1307</b>		<b>195,38</b>	<b>282,97</b>	

Заведующий производством  
подпись

подпись

подпись

«УТВЕРЖДЕНО»  
Руководителем АО «Шинько и сыновья»

Григорьев В. А.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководителем общепитового подразделения

Ежедневное меню  
основного (организованного) питания\*

Вид пищи:

Категория: 3-4 классы

Дата: 02.12.2024 Циклическое меню: Недель-1 День: 1

\* для питания в школе

Провидание	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептур	Цена продукта выбора в рублях	Цена всего в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы				
Завтрак	Яйцо вареное	40	4,80	4,00	0,30	56	54-06-2022	11,50	17,25
	Хлеб валик мясной из расы и начинка с маслом	150	4,34	7,99	23,91	186	175-2017	10,09	15,13
	Кофейный напиток с молоком	200	3,16	2,68	15,95	101	175-2017	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 :		540	16	15,87	73,94	594		45,28	64,81
Обед	Овощи в вареном (огурцы свежие)	60	0,50	0,10	1,50	9	54-06-2022	11,63	15,12
	Борщ Кубанский с фасолью	200	3,12	3,44	12,80	94	7К-36-0111	13,13	19,66
	Наггетсы куриные	90	4,92	6,84	28,64	211	7К-36-011	53,56	80,35
	Макаронные изделия с сыром	150	10,15	11,94	25,58	251	304-17	27,39	41,09
	Компот из клубники	200	0,30	0,10	10,30	43	64-22	11,24	16,87
	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	96	Пром.1	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 :		860	23,29	23,82	117,62	793		130,14	189,68
Полдник	Булочка домашняя	60	3,77	7,51	18,07	167	7К-36-0116	4,73	7,08
	Йогурт	180	6,12	4,50	9,90	105	Пром.16	20,68	38,58
	Фрукты свежие (мандарин)	100	0,80	0,20	7,50	38	Пром.4	14,50	18,85
	Итого за рацион питания :		340	10,69	12,21	35,47	310		48,91
<b>ВСЕГО :</b>		<b>1 740</b>	<b>50,68</b>	<b>51,9</b>	<b>227,05</b>	<b>1 697</b>		<b>224,27</b>	<b>319,80</b>

Заведующий производством  
Григорьев В. А.

*Григорьев В. А.*

*Григорьев В. А.*  
Руководитель подразделения



Краснодаров В. А.

Ежедневное меню  
основного (организованного) питания

Дата: 02.12.2024 Циклическое меню: Неделя: 1 День: 1

КОМПЛЕКС № 2

Пример меню	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептур	Цена продукта по выбору в рублях	Цена всего в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы				
Завтрак	Сыр твердый сорта в нарезке	15	3,48	4,43		54	15-2017	10,60	15,90
	Плов с сухофруктами	200	7,20	13,02	45,26	326	МТХ/0617	20,37	30,53
	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	Прим.1	2,77	3,32
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42	Прим.2	2,12	2,54
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Прим.3	7,40	9,62
Итого за рацион питания :		665	17,84	31,33	98,81	642		54,58	78,86
Обед	Овощи в нарезке (огурец свежий)	100	0,83	0,17	2,50	14	54-26-2022	19,38	25,19
	Борщ Кубанский с фасолью	250	3,90	4,30	16,00	118	ТХ № 011	17,50	26,26
	Отбивная куриная в сырной панировке	120	15,40	17,45	15,83	328	МТХ/5	69,42	104,13
	Картофель отварной, запеченный с сыром	200	5,99	8,59	31,96	221	635-2022	24,18	36,28
	Компот из клубники	200	0,30	0,10	10,30	43	666-22	11,24	16,87
	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	96	Прим.3	3,69	4,43
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42	Прим.1	2,12	2,54
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Прим.3	7,40	9,62
Итого за рацион питания :		1 050	30,82	32,81	116,39	909		194,93	228,32
Полдник	Булочка домашняя	80	6,16	5,44	40,70	223	ТХ № 016	6,31	9,47
	Йогурт	200	6,80	5,00	11,00	117	Прим.	32,97	42,86
	Фрукты свежие (мандарин)	100	0,80	0,20	7,50	38	Прим.4	14,50	18,85
	Итого за рацион питания :		380	13,76	10,64	59,2	378		53,78
<b>ВСЕГО :</b>		<b>1 975</b>	<b>62,42</b>	<b>63,88</b>	<b>269,6</b>	<b>1 829</b>		<b>263,29</b>	<b>379,24</b>

Заведующий производством  
Иванова

*[Подпись]*  
Иванова

*[Подпись]*  
распределитель питания





Косополов В. А.



Ежедневное меню  
основного (организованного) питания

Возраст: 17 и старше

Категория: 3-11 классы

Дата: 02.12.2024 Циклическое меню: Недель: 1 День: 1

КОМПЛЕКС № 1

Прочие виды	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептур ы	Цена продукт ов набора в рублях	Цена всего в рублях
			Белк и	Жиры	Углебо ды				
Завтрак	Сыр твердый сорта 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	11,50	17,25
	Каша вязкая молочная из риса и творога 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	13,95	101	179-2017	11,32	16,95
	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,00	72	Прим.1	2,77	3,32
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42	Прим.2	2,12	2,54
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Прим.3	7,40	9,62
<b>Итого за рацион питания :</b>		<b>488</b>	<b>20,92</b>	<b>22,94</b>	<b>81,83</b>	<b>620</b>		<b>89,14</b>	<b>86,74</b>
Обед	Овощи в нарезке (огурец свежий)	100	0,83	0,17	2,50	14	54-25-2022	19,38	23,19
	Борщ Кубанский с фасолью	250	3,90	4,30	16,00	118	TK № 0/11	17,50	26,26
	Наггетсы куриные	100	5,47	7,55	31,82	234	TK № 0/1	59,52	89,27
	Макароны 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	604-22	11,24	16,87
	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	96	Прим. 5	3,69	4,43
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42	Прим.2	2,12	2,54
Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Прим.3	7,40	9,62	
<b>Итого за рацион питания :</b>		<b>998</b>	<b>27,88</b>	<b>27,88</b>	<b>130,13</b>	<b>899</b>		<b>153,72</b>	<b>223,49</b>
Полдник	Булочка домашняя	80	6,16	5,44	40,70	223	TK № 2/10	6,31	9,47
	Йогурт	200	6,80	5,00	11,00	117	Прим.	32,97	42,86
	Фрукты свежие (мандарин)	100	0,80	0,20	7,50	38	Прим.4	14,50	18,85
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>388</b>	<b>13,76</b>	<b>10,64</b>	<b>59,2</b>	<b>378</b>		<b>63,78</b>	<b>71,18</b>
<b>ВСЕГО :</b>		<b>1 975</b>	<b>61,76</b>	<b>61,46</b>	<b>271,25</b>	<b>1 895</b>		<b>286,64</b>	<b>388,41</b>

Заведующий производством  
подпись

подпись

подпись











