

«УТВЕРЖДЕНО»  
Руководителем «Школы № 10»



Производитель В. А.

«СОГЛАСОВАНО»  
Руководителем образовательной организации

*Ирина Калашова*

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

Возраст: 7 лет

Категория: 3-71 классы

Дата: 20.01.2023. Циклическое меню. Неделя 1. День 3

**КОМПЛЕКС № 1**

Примеры	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептур	Цена продукта набора в рублях	Цена всего в рублях
			Белки	Жиры	Углеб.				
Завтрак	Мороженное пломбир	100	1,00	0,08	2,30	15	78	5,87	8,80
	Грабен из картофеля с рыбой	200	15,00	17,03	18,92	408	№ 3/9 Нов	95,61	143,42
	Каша с молоком	200	4,08	3,54	17,58	119	382-2017	14,50	21,74
	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	8,20	10,66
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>630</b>	<b>23,78</b>	<b>21,85</b>	<b>72,6</b>	<b>783</b>		<b>129,07</b>	<b>199,48</b>
Обед	Закуска из моркови	100	0,90	8,20	4,80	189	Прим.	16,24	21,11
	Рассольник "Ленинградский"	250	2,01	5,09	11,98	108	96-2017	10,18	14,82
	Котлета "Школьная"	100	14,00	11,10	12,10	232	№347-2018	48,10	71,68
	Каша пшеничная рассыпчатая	180	7,58	5,40	46,62	265	302-2017	11,61	17,41
	Компот из клубники и яблок	180	0,20	0,12	8,66	37	№4-22	6,91	9,99
	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.2	2,12	2,54
<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>870</b>	<b>28,69</b>	<b>30,91</b>	<b>113,16</b>	<b>969</b>		<b>98,85</b>	<b>141,98</b>	
Полдник	Сдоба обыкновенная	80	6,17	4,84	31,27	208	618	5,12	7,68
	Раженик	200	5,87	5,07	8,40	102	Прим.	36,70	47,72
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Прим.3	8,20	10,66
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>380</b>	<b>12,44</b>	<b>10,31</b>	<b>49,47</b>	<b>358</b>		<b>50,02</b>	<b>66,06</b>
<b>ВСЕГО :</b>		<b>1 900</b>	<b>64,91</b>	<b>63,07</b>	<b>235,23</b>	<b>2 030</b>		<b>277,94</b>	<b>398,52</b>

Заведующий производством  
Должность

*Ирина Калашова*

*Васильев А.М.*  
Руководитель школы

«УТВЕРЖЕНО»  
 Руководитель «Школы питания»  
 Школьное питание  
 Подпись: [подпись]  
 [подпись]

«СОГЛАСОВАНО»  
 Руководитель образовательной организации  
 Подпись: [подпись] Касалов  
 [подпись]

Ежедневное меню  
 основного (организованного) питания \*\*

Возраст: 12 лет  
 Категория: 5-11 классы  
 Дата: 10.01.2025 Циклическое меню: Неделя: 1 День: 3  
 \*\* типичный завтрак

КОМПЛЕКС № 2

Примечания	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептур	Цена продукта в наборе в рублях	Цена всего в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы				
Завтрак	Морозильные палочки	100	1,00	0,08	2,30	15	ТК	5,87	8,80
	Вок с рыбой и овощами	240	13,80	18,00	40,26	401	№Тк №6	90,39	135,57
	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	119	342-2017	14,50	21,74
	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	8,20	10,66
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>690</b>	<b>22,58</b>	<b>22,82</b>	<b>93,94</b>	<b>696</b>		<b>123,85</b>	<b>182,63</b>
Обед	Закуска из моркови	100	0,90	8,20	4,80	189	Пром.	16,24	21,11
	Рассольник "Ленинградский"	250	2,01	5,09	11,98	108	96-2017	10,18	14,82
	Филе птицы, тушеное в сметанном соусе	100	13,58	10,83	25,00	260	ТК № 02	43,34	64,99
	Макаронные отварные	180	6,48	5,88	39,36	236	54-11-2022	15,76	23,63
	Компот из клубники и яблок	180	0,20	0,12	8,66	37	342-22	6,91	9,99
	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
<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>870</b>	<b>27,17</b>	<b>31,12</b>	<b>118,8</b>	<b>968</b>		<b>98,24</b>	<b>141,51</b>	
Полдник	Сдоба обыкновенная	80	6,17	4,84	31,27	209	П/8	5,12	7,68
	Ражаник	200	5,87	5,07	8,40	102	Пром.	36,70	47,72
	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>12,44</b>	<b>10,31</b>	<b>49,47</b>	<b>358</b>		<b>50,02</b>	<b>66,06</b>
<b>ВСЕГО :</b>		<b>1 940</b>	<b>62,19</b>	<b>64,25</b>	<b>262,21</b>	<b>2 022</b>		<b>272,11</b>	<b>390,20</b>

Заведующий производством  
 [подпись]

[подпись]

Касалов В.Н.  
 руководитель школы

«УТРЕТ» ООО  
 Руководитель ООО «Школьное питание»  
 Давыдов В. А.



«СОГЛАСОВАНО»  
 Руководитель образовательной организации  
 Калашник



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

Возраст: 7-17 лет  
 Категория: 3-11 классы  
 Дата: 10.01.2025 Циклическое меню Неделя 1 День 5  
 \*\* типичный рацион

**КОМПЛЕКС № 1**

Прим. пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептур	Цена продукта при выборе в рублях	Цена всего в рублях
			Белки	Жиры	Углеб.				
Завтрак	Мороженные палочки	100	1,00	0,08	2,30	15	ТК	5,87	8,80
	Гратен из картофеля с рыбой	200	15,00	17,03	18,92	408	№ 3/8 Нов	95,61	143,42
	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	119	182-2017	14,50	21,74
	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	8,20	10,66
<b>Итого за рацион питания :</b>		<b>680</b>	<b>23,78</b>	<b>21,85</b>	<b>72,4</b>	<b>783</b>		<b>129,87</b>	<b>190,48</b>
Обед	Закуска из моркови	100	0,90	8,20	4,80	189	Прим.	16,24	21,11
	Котлета "Школьная"	100	14,00	11,10	12,10	232	№347-2018	48,10	71,68
	Каша пшеничная рассыпчатая	180	7,58	5,40	46,62	265	102-2017	111,61	17,41
	Компот из клубники и яблок	180	0,20	0,12	8,66	37	№к-22	6,91	9,99
	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.2	2,12	2,54
<b>Итого за рацион питания :</b>		<b>620</b>	<b>26,68</b>	<b>25,82</b>	<b>101,18</b>	<b>861</b>		<b>88,67</b>	<b>127,16</b>
<b>ВСЕГО :</b>		<b>1 300</b>	<b>50,46</b>	<b>47,67</b>	<b>173,78</b>	<b>1 644</b>		<b>218,54</b>	<b>317,64</b>

Заведующий производством  
 должность

*[Подпись]*  
 подпись

*[Подпись]*  
 руководитель пищевого цеха

«УТВЕРЖДЕНО»  
Руководитель МОУ «Школьное питание»



Власов В. А.

«СОГЛАСОВАНО»  
Руководитель образовательной организации



Клишачев

Ежедневное меню  
основного (организованного) питания \*\*

Возраст:  
Категория: 5-11 классы

Дата: 10.01.2025 Циклическое меню: Неделя: 1 День: 5

КОМПЛЕКС № 1

Примечание	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептур	Цена продукта в наборе в рублях	Цена всего в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы				
Завтрак	Морковные палочки	100	1,00	0,08	2,30	15	ТК	5,87	8,80
	Гратен из картофеля с рыбой	200	15,00	17,03	18,92	408	№ 39 Нов	95,61	143,42
	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	119	382-2017	14,50	21,74
	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	8,20	10,66
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>650</b>	<b>23,78</b>	<b>21,85</b>	<b>72,6</b>	<b>793</b>		<b>128,07</b>	<b>190,48</b>
Обед	100	0,90	8,20	4,80	189	Пром.	16,24	21,11	
	Закуска из моркови	100	14,00	11,10	12,10	232	№347-2018	48,10	71,68
	Котлета "Школьная"	180	7,58	5,40	46,62	265	302-2017	11,61	17,41
	Каша пшеничная рассыпчатая	180	0,20	0,12	8,66	37	510-22	6,91	9,99
	Компот из клубники и яблок	40	2,80	0,80	20,00	96	Пром. 5	3,69	4,43
	Хлеб пшеничный	20	1,20	0,20	9,00	42	Пром.2	2,12	2,54
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42	Пром.2	2,12	2,54
<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>620</b>	<b>26,68</b>	<b>25,82</b>	<b>101,18</b>	<b>861</b>		<b>88,67</b>	<b>127,16</b>	
<b>ВСЕГО :</b>	<b>1 270</b>	<b>50,46</b>	<b>47,67</b>	<b>173,78</b>	<b>1 564</b>		<b>217,74</b>	<b>317,64</b>	

Заведующий производством

*[Signature]*

*[Signature]*

«УТВЕРЖДЕНО»  
Руководитель АНО «Школьное питание»



Краснодолов В. А.

«СОГЛАСОВАНО»  
Руководитель образовательной организации



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

Возрастная группа: 1 класс  
Категория: 1 класс

Дата: 10.01.2023 Циклическое меню: Неделя 1 День 5

**КОМПЛЕКС № 2**

Примечание	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептур	Цена продукта по каталогу в рублях	Цена всего в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы				
Загрузка	Мороженное палочки	100	1,00	0,08	2,39	15	ТК	5,87	8,80
	Вос с рыбой и овощами	240	13,80	18,00	40,26	401	361х 866	99,39	135,57
	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	119	382-2017	14,50	21,74
	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	8,20	10,66
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>690</b>	<b>22,58</b>	<b>22,82</b>	<b>93,94</b>	<b>696</b>		<b>123,85</b>	<b>182,63</b>
Обед	Закуска из моркови	100	0,90	8,20	4,80	189	Пром.	16,24	21,11
	Филе птицы, тушеное в сметанном соусе	100	13,58	10,83	25,00	260	ТК.36.02	43,34	64,99
	Макаронные отварные	180	6,48	5,88	39,36	236	54-1-2022	15,76	23,63
	Компот из клубники и яблок	180	0,20	0,12	8,66	37	54-21	6,91	9,99
	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	96	Пром.3	3,69	4,43
	Хлеб ржаной	20	1,20	0,20	9,00	42	Пром.2	2,12	2,54
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>620</b>	<b>25,16</b>	<b>26,03</b>	<b>106,82</b>	<b>866</b>		<b>88,06</b>	<b>128,69</b>
<b>ВСЕГО :</b>	<b>1 310</b>	<b>47,74</b>	<b>48,85</b>	<b>200,76</b>	<b>1 566</b>		<b>211,91</b>	<b>309,32</b>	

Заведующий производством  
Иванова

*[Signature]*

Заскрик. ОН  
Руководитель школы



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

Возраст: 7-11 лет

Категория: 1-4 классы

Дата: 10.01.2025 Циклическое меню: Неделя: 1 День: 5

\*\* - типичный рацион

Пример пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептур	Цена продукта в рубль	Цена всего в рубль
			Белки	Жиры	Углеводы				
Завтрак	Морковные палочки	70	0,70	0,06	1,61	11	ТК	4,11	6,16
	Празен из картофеля с рыбой	150	11,25	12,77	14,19	306	ТК № 19 Ива	71,70	107,57
	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107	382-2017	13,05	19,57
	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	8,20	10,66
<b>Итого за рацион питания :</b>		<b>550</b>	<b>19,32</b>	<b>17,22</b>	<b>65,42</b>	<b>585</b>		<b>101,95</b>	<b>149,82</b>
Обед	Закуска из моркови	60	0,54	4,92	2,88	114	Прим.	9,74	12,67
	Рассольник "Ленинградский"	200	1,61	4,07	9,58	86	96-2017	8,14	11,85
	Котлета "Школьная"	90	12,60	9,99	10,89	209	№347-2018	43,29	64,55
	Каша пшеничная рассычатая	150	6,32	4,50	38,85	221	302-2017	9,67	14,51
	Компот из клубники и яблок	180	0,20	0,12	8,66	37	5ка-22	6,91	9,99
	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	
<b>Итого за рацион питания :</b>		<b>740</b>	<b>25,27</b>	<b>24,6</b>	<b>99,86</b>	<b>805</b>		<b>63,56</b>	<b>120,54</b>
Полдник	Сдоба обыкновенная	60	4,63	3,63	23,45	157	ТК № П/8	3,85	5,76
	Ряженка	180	5,28	4,56	7,56	92	Прим.	33,04	42,95
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Прим.3	8,20	10,66
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>340</b>	<b>10,31</b>	<b>8,59</b>	<b>40,81</b>	<b>296</b>		<b>45,09</b>	<b>59,37</b>
<b>ВСЕГО :</b>		<b>1 630</b>	<b>54,9</b>	<b>50,41</b>	<b>206,09</b>	<b>1 686</b>		<b>230,60</b>	<b>329,73</b>

Заведующий производством  
должность

*[Подпись]*  
подпись

*[Подпись]*  
подпись











