

«УТВЕРЖДЕНО»  
 Руководитель ЦПО «Школа питания»  
 Шабченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»  
 Руководитель МБОУ «Школа питания»  
 Кашаева

Ежедневное меню  
 основного (организованного) питания \*\*

Возраст: 7-9 лет  
 Категория: 3-11 кл  
 Дата: 03.10.2024 Циклическое меню: Неделя: 1 День: 4

КОМПЛЕКС № 1

Прим. пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептур	Цена продукта всего набора в рублях	Цена всего в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы				
Завтрак	Овощи в нарезке (помидор свежий)	100	1,17	0,17	3,83	21	54-3у-2022	13,26	17,24
	Птица с рисом и овощами	200	13,72	21,12	25,41	436	ТК № 3-8	56,89	85,32
	Компот из кураги	200	1,00	0,10	15,69	67	54-2кл-2022	8,24	12,38
	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>680</b>	<b>19,59</b>	<b>22,59</b>	<b>78,73</b>	<b>685</b>		<b>90,68</b>	<b>130,42</b>
Обед	Салат из безжированной капусты с морковью	100	1,31	3,25	6,46	60	45-2017	6,27	9,40
	Рыба, запеченная с картофелем по-русски	280	14,77	19,30	31,98	374	449-22	53,97	80,94
	Чай с сахаром	200	0,20		6,50	27	54-2гн-2022	1,19	1,79
	Хлеб пшеничный	50	3,50	1,00	25,00	120	Пром.7	4,61	5,53
	Хлеб ржаной	30	1,80	0,30	13,50	63	Пром.6	3,18	3,82
	Фрукты свежие (Нектарины)	100	1,10	0,30	8,90	44	Пром.	14,50	18,85
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>760</b>	<b>22,68</b>	<b>24,15</b>	<b>92,34</b>	<b>688</b>		<b>83,72</b>	<b>120,33</b>
<b>ВСЕГО :</b>	<b>1 410</b>	<b>42,27</b>	<b>46,74</b>	<b>171,07</b>	<b>1 373</b>		<b>174,40</b>	<b>250,75</b>	

Заведующий производством  
 должность

*[Подпись]*  
 подпись

*[Подпись]*  
 руководитель школы

«УТВЕРЖДЕНО»  
Руководителем АНО «Школьное питание»

Шевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»  
Руководителем дошкольного образовательной организации



И. В. Карасёва

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

Возраст: 12 и старше

Категория: ОБТ, дети-инвалиды, дети из многодетных семей, дети участников СВО, Дети погибших

Дата: 03.10.2024 Циклическое меню: Неделя 1 День: 4

**КОМПЛЕКС № 1**

\*\* основной вариант

Примерный завтрак	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептур	Цена продукта или набора в рублях	Цена всего в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы				
Завтрак	Овощи в нарезке (помидор свежий)	100	1,17	0,17	3,83	21	54-31-2022	13,26	17,24
	Питва с рисом и овощами	200	13,72	21,12	25,41	436	ТК № 3/8	56,89	85,32
	Компот из кураги	200	1,00	0,10	15,69	67	54-201-2022	8,24	12,38
	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>650</b>	<b>19,59</b>	<b>22,59</b>	<b>78,73</b>	<b>685</b>		<b>90,68</b>	<b>130,42</b>
Обед	Салат из белокачанной капусты с морковью	100	1,31	3,25	6,46	60	45-2017	6,27	9,40
	Борщ Кубанский с фасолью	250	5,70	4,30	22,00	145	ТК № 0/11	15,60	23,42
	Рыба, запеченная с картофелем по-русски	280	14,77	19,30	31,98	374	449-22	53,97	80,94
	Чай с сахаром	200	0,20		6,50	27	54-201-2022	1,19	1,79
	Хлеб пшеничный	50	3,50	1,00	25,00	120	Пром.7	4,61	5,53
	Хлеб ржаной	30	1,80	0,30	13,50	63	Пром.6	3,18	3,82
	Фрукты свежие (Нектарины)	100	1,10	0,30	8,90	44	Пром.	14,50	18,85
<b>Итого за рацион питания :</b>		<b>1 010</b>	<b>28,38</b>	<b>28,45</b>	<b>114,34</b>	<b>833</b>		<b>99,32</b>	<b>143,75</b>
Полдник	Котлета куриная, запеченная в тесте	100	9,65	10,41	33,17	245	ТК № 11/5	23,66	35,24
	Чай с молоком	200	1,60	1,10	8,70	51	54-401-2022	4,93	7,40
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.3	7,40	9,62
	<b>Итого за рацион питания :</b>		<b>400</b>	<b>11,65</b>	<b>11,91</b>	<b>51,67</b>	<b>343</b>		<b>35,99</b>
<b>ВСЕГО :</b>		<b>2 060</b>	<b>59,62</b>	<b>62,95</b>	<b>244,74</b>	<b>1 861</b>		<b>225,99</b>	<b>326,43</b>

Заведующий производством  
подпись

*И. В. Карасёва*  
подпись

*И. В. Карасёва*  
руководитель дошкольного

«УТВЕРЖДЕНО»  
Руководитель АНО «Школьное питание»

*Шибенко М. С.*  
Шибенко М. С.



«СОГЛАСОВАНО»  
Руководитель общеобразовательной организации

*И. В. Камарова*

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

Возраст: 12 и старше

Категория: 5-11 кл.

Дата: 03.10.2024 Циклическое меню: Неделя: 1 День: 4

**КОМПЛЕКС № 2**

\*\* оптимальный вариант

Примечание	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	Цена продукта всего набора в рублях	Цена всего в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы				
Завтрак	Овощи в нарезке (помидор свежий)	100	1,17	0,17	3,83	21	54-35-2022	13,26	17,24
	Плов из птицы	210	16,18	18,21	39,62	402	ТК	55,92	83,88
	Компот из кураги	200	1,00	0,10	15,69	67	54-23л-2022	8,24	12,38
	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>660</b>	<b>22,05</b>	<b>19,88</b>	<b>92,94</b>	<b>651</b>		<b>89,71</b>	<b>128,98</b>
Обед	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	1,31	3,25	6,46	60	45-2017	6,27	9,40
	Рыба, тушеная с овощами	110	10,52	9,35	4,75	140	461-22	33,64	50,45
	Картофель отварной с зеленью	180	3,66	9,65	28,98	218	634-2022	21,13	31,69
	Чай с сахаром	200	0,20		6,50	27	54-2гм-2022	1,19	1,79
	Хлеб пшеничный	50	3,50	1,00	25,00	120	Пром.7	4,61	5,53
	Хлеб ржаной	30	1,80	0,30	13,50	63	Пром.6	3,18	3,82
	Фрукты свежие (Нектарины)	100	1,10	0,30	8,90	44	Пром.	14,50	18,85
<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>770</b>	<b>22,09</b>	<b>23,85</b>	<b>94,09</b>	<b>672</b>		<b>84,52</b>	<b>121,53</b>	
<b>ВСЕГО :</b>		<b>1 430</b>	<b>44,14</b>	<b>43,53</b>	<b>187,03</b>	<b>1 323</b>		<b>174,23</b>	<b>250,51</b>

Заведующий производством  
договорная

*И. В. Камарова*  
руководитель

*И. В. Камарова*  
руководитель

«УТВЕРЖДЕНО»  
Руководитель АНО «Школьное питание»

Шевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель образовательной организации

И. В. Камусова



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

Возраст: 12 и старше

Категория: ООЛ, дети-инвалиды, дети из многодетных семей, дети из семей военнослужащих СВО, дети погибших

Дата: 03.10.2024 Циклическое меню. Неделя 1 День: 4

**КОМПЛЕКС № 2**

Примерный прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептур	Цена одного порции в рублях	Цена всего в рублях
			Белок	Жир	Углевод				
Завтрак	Овощи в марсале (помидор свежий)	100	1,17	0,17	3,83	21	54-7-2022	13,26	17,24
	Плов из пшени	210	16,18	18,21	39,62	402	ТК	55,92	83,88
	Каша из хурма	200	1,00	0,10	15,69	67	54-2-а-2022	8,24	12,38
	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>660</b>	<b>22,05</b>	<b>19,68</b>	<b>82,94</b>	<b>651</b>		<b>88,71</b>	<b>126,98</b>
Обед	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	1,31	3,25	6,46	60	45-2017	6,27	9,40
	Борщ кубанский с фасолью	250	5,70	4,30	22,00	145	ТК № 6/11	15,60	23,42
	Рыба, тушенная с овощами	110	10,52	9,35	4,75	140	461-22	33,64	50,45
	Картофель отварной с зеленью	180	3,66	9,65	28,98	218	634-2022	21,13	31,69
	Чай с сахаром	200	0,20		6,50	27	54-2-а-2022	1,19	1,79
	Хлеб пшеничный	50	3,50	1,00	25,00	120	Пром. 7	4,61	5,53
	Хлеб ржаной	30	1,80	0,30	13,50	63	Пром. 6	3,18	3,82
	Фрукты свежие (Нектарины)	100	1,10	0,30	8,90	44	Пром.	14,50	18,85
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>1 026</b>	<b>27,79</b>	<b>28,15</b>	<b>116,89</b>	<b>817</b>		<b>106,12</b>	<b>144,95</b>
Полдник	Котлета куриная, запеченная в тесте	100	9,65	10,41	33,17	245	ТК № П-3	23,66	35,24
	Чай с молоком	200	1,60	1,10	8,70	51	54-а-а-2022	4,93	7,40
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром. 3	7,40	9,62
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>400</b>	<b>11,65</b>	<b>11,91</b>	<b>51,67</b>	<b>343</b>		<b>35,99</b>	<b>52,26</b>
<b>ВСЕГО :</b>		<b>2 086</b>	<b>41,49</b>	<b>58,74</b>	<b>200,7</b>	<b>1 811</b>		<b>225,82</b>	<b>326,19</b>

Заведующий производством

*[Подпись]*

*[Подпись]*







