



Руководитель МАО "Школьное питание"

/Красноделов В. А.



Руководитель общеобразовательной организации

/М.В. Кашаева

Ежедневное меню  
основного (организованного) питания \*\*

Возраст: 12 и старше

Категория: 5-11 классы

Дата: 28.04.2025 Циклическое меню; Неделя: 2 День: 1

КОМПЛЕКС № 1

\*\* очищенный картофель

| Прием пищи | Наименование блюда                          | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |       |          | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептур  | Цена продуктового набора в рублях | Цена всего в рублях |
|------------|---------------------------------------------|------------------|-------------------------|-------|----------|-------------------------------|-------------|-----------------------------------|---------------------|
|            |                                             |                  | Белки                   | Жиры  | Углеводы |                               |             |                                   |                     |
| Завтрак    | Яйцо вареное                                | 40               | 4,80                    | 4,00  | 0,30     | 56                            | 54-60-2022  | 10,00                             | 15,00               |
|            | Каша вязкая молочная из риса                | 200              | 6,90                    | 12,00 | 40,90    | 280                           | № ТК К/21   | 22,15                             | 33,22               |
|            | Кофейный напиток с молоком                  | 200              | 3,16                    | 2,68  | 15,95    | 101                           | 379-2017    | 13,92                             | 20,88               |
|            | Хлеб пшеничный                              | 30               | 2,10                    | 0,60  | 15,00    | 72                            | Пром.1      | 2,90                              | 3,48                |
|            | Хлеб ржаной                                 | 20               | 1,20                    | 0,20  | 9,00     | 42                            | Пром.2      | 2,22                              | 2,67                |
|            | Фрукты свежие (яблоко)                      | 100              | 0,40                    | 0,40  | 9,80     | 47                            | Пром.3      | 8,20                              | 10,66               |
|            | Итого за рацион питания :                   | 590              | 18,56                   | 19,88 | 90,95    | 598                           |             | 59,39                             | 85,91               |
| Обед       | Салат из отварных овощей с зеленым горошком | 100              | 1,23                    | 6,08  | 4,47     | 77                            | ТК № 84 Н   | 9,31                              | 13,19               |
|            | Суп картофельный с клецками                 | 250              | 2,25                    | 3,27  | 13,75    | 93                            | 54-60-2022  | 7,75                              | 11,62               |
|            | Шницель из курицы                           | 100              | 19,20                   | 4,26  | 13,46    | 169                           | 54-24м-2022 | 38,47                             | 57,34               |
|            | Ризотто с овощами                           | 180              | 4,10                    | 11,00 | 39,42    | 254                           | № О/19      | 24,15                             | 32,85               |
|            | Напиток "Ассорти" (фруктово-ягодный)        | 200              | 0,10                    | 0,10  | 18,78    | 74                            | ТК № 3/12   | 6,42                              | 9,63                |
|            | 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 (вафли)                | 15               | 0,32                    | 2,66  | 5,69     | 48                            | Пром.       | 4,43                              | 5,76                |
|            | Итого за рацион питания :                   | 905              | 31,2                    | 28,37 | 124,57   | 853                           |             | 96,62                             | 137,71              |
| Полдник    | Булочка ванильная                           | 70               | 5,37                    | 5,89  | 33,48    | 207                           | П/7         | 5,68                              | 8,51                |
|            | Кефир                                       | 200              | 5,80                    | 5,00  | 8,00     | 100                           | Пром.10     | 22,36                             | 29,07               |
|            | Фрукты свежие (яблоко)                      | 100              | 0,40                    | 0,40  | 9,80     | 47                            | Пром.3      | 8,20                              | 10,66               |
|            | Итого за рацион питания :                   | 370              | 11,57                   | 11,29 | 51,28    | 354                           |             | 36,24                             | 48,24               |
| ВСЕГО :    |                                             | 1 865            | 61,33                   | 59,54 | 266,8    | 1 805                         |             | 192,25                            | 271,86              |

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи

«УТВЕРЖДЕНО»  
Руководитель АНО «Школьное питание»

Васнодедов В. А.

«СОГЛАСОВАНО»  
Руководитель общеобразовательной организации

В. Камалов

Ежедневное меню  
основного (организованного) питания \*\*

Возраст: 12 и старше

Категория: 5-11 классы

Дата: 28.04.2025 Циклическое меню: Неделя: 2 День: 1

КОМПЛЕКС № 2

\*\* очищенный картофель

| Прием пищи | Наименование блюда                          | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |       |          | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептур | Цена продуктового набора в рублях | Цена всего в рублях |
|------------|---------------------------------------------|------------------|-------------------------|-------|----------|-------------------------------|------------|-----------------------------------|---------------------|
|            |                                             |                  | Белки                   | Жиры  | Углеводы |                               |            |                                   |                     |
| Завтрак    | Яйцо вареное                                | 40               | 4,80                    | 4,00  | 0,30     | 56                            | 54-60-2022 | 10,00                             | 15,00               |
|            | Запеканка со свежими плодами с джемом       | 220              | 7,29                    | 10,98 | 46,00    | 297                           | №395       | 22,48                             | 33,17               |
|            | Кофейный напиток с молоком                  | 200              | 3,16                    | 2,68  | 15,95    | 101                           | 379-2017   | 13,92                             | 20,88               |
|            | Хлеб пшеничный                              | 30               | 2,10                    | 0,60  | 15,00    | 72                            | Пром.1     | 2,90                              | 3,48                |
|            | Хлеб ржаной                                 | 20               | 1,20                    | 0,20  | 9,00     | 42                            | Пром.2     | 2,22                              | 2,67                |
|            | Фрукты свежие (яблоко)                      | 100              | 0,40                    | 0,40  | 9,80     | 47                            | Пром.3     | 8,20                              | 10,66               |
|            | Итого за рацион питания :                   | 610              | 18,95                   | 18,86 | 96,05    | 615                           |            | 59,72                             | 85,86               |
| Обед       | Салат из отварных овощей с зеленым горошком | 100              | 1,23                    | 6,08  | 4,47     | 77                            | ТК № 84 Н  | 9,31                              | 13,19               |
|            | Суп картофельный с клецками                 | 250              | 2,25                    | 3,27  | 13,75    | 93                            | 54-60-2022 | 7,75                              | 11,62               |
|            | Куры запеченные                             | 100              | 18,57                   | 10,29 | 12,50    | 215                           | №568-22    | 49,09                             | 73,64               |
|            | Рагу из овощей                              | 180              | 2,74                    | 8,04  | 32,54    | 185                           | №334-22    | 14,74                             | 21,34               |
|            | Напиток "Ассорти"(плодово-ягодный)          | 200              | 0,10                    | 0,10  | 18,78    | 74                            | ТК № 3/12  | 6,42                              | 9,63                |
|            | 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 (вафли)                | 15               | 0,32                    | 2,66  | 5,69     | 48                            | Пром.      | 4,43                              | 5,76                |
|            | Итого за рацион питания :                   | 905              | 29,21                   | 31,44 | 116,73   | 830                           |            | 97,83                             | 142,50              |
|            |                                             | 70               | 5,37                    | 5,89  | 33,48    | 207                           | П/7        | 5,68                              | 8,51                |
| Полдник    | Булочка ванильная                           | 200              | 5,80                    | 5,00  | 8,00     | 100                           | Пром.10    | 22,36                             | 29,07               |
|            | Кефир                                       | 100              | 0,40                    | 0,40  | 9,80     | 47                            | Пром.3     | 8,20                              | 10,66               |
|            | Фрукты свежие (яблоко)                      | 100              | 0,40                    | 0,40  | 9,80     | 47                            |            | 8,20                              | 10,66               |
|            | Итого за рацион питания :                   | 370              | 11,57                   | 11,29 | 51,28    | 354                           |            | 36,24                             | 48,24               |
| ВСЕГО :    |                                             | 1 885            | 59,73                   | 61,59 | 264,06   | 1 799                         |            | 193,79                            | 276,60              |

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО «Школьное питание»



Кривошеилов В. А.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

## Ежедневное меню

основного (организованного) питания \*\*

Возраст: 12 и старше

Категория: 5-11 класс

Дата: 28.04.2025

Циклическое меню: Неделя: 2 День: 1

КОМПЛЕКС № 2

\*\* очищенный картофель

| Прием 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    | Яйцо вареное                                | 40               | 4,80                    | 4,00  | 0,30     | 56                            | 54-60-2022 | 10,00                               | 15,00               |
|            | Запеканка со свежими плодами с джемом       | 220              | 7,29                    | 10,98 | 46,00    | 297                           | №395       | 22,48                               | 33,17               |
|            | Кофейный напиток с молоком                  | 200              | 3,16                    | 2,68  | 15,95    | 101                           | 379-2017   | 13,92                               | 20,88               |
|            | Хлеб пшеничный                              | 30               | 2,10                    | 0,60  | 15,00    | 72                            | Пром.1     | 2,90                                | 3,48                |
|            | Хлеб ржаной                                 | 20               | 1,20                    | 0,20  | 9,00     | 42                            | Пром.2     | 2,22                                | 2,67                |
|            | Фрукты свежие (яблоко)                      | 100              | 0,40                    | 0,40  | 9,80     | 47                            | Пром.3     | 8,20                                | 10,66               |
|            | Итого за рацион питания :                   | 610              | 18,95                   | 18,86 | 96,05    | 615                           |            | 59,72                               | 85,86               |
| Обед       | Салат из отварных овощей с зеленым горошком | 100              | 1,23                    | 6,08  | 4,47     | 77                            | ТК № 84 Н  | 9,31                                | 13,19               |
|            | Куры запеченные                             | 100              | 18,57                   | 10,29 | 12,50    | 215                           | №568-22    | 49,09                               | 73,64               |
|            | Рагу из овощей                              | 180              | 2,74                    | 8,04  | 32,54    | 185                           | №334-22    | 14,74                               | 21,34               |
|            | Напиток "Ассорти"(плодово-ягодный)          | 200              | 0,10                    | 0,10  | 18,78    | 74                            | ТК № 3/12  | 6,42                                | 9,63                |
|            | 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 (вафли)                | 15               | 0,32                    | 2,66  | 5,69     | 48                            | Пром.      | 4,43                                | 5,76                |
|            | Итого за рацион питания :                   | 655              | 26,96                   | 28,17 | 102,98   | 737                           |            | 90,08                               | 130,88              |
| ВСЕГО :    |                                             | 1 265            | 45,91                   | 47,03 | 199,03   | 1 352                         |            | 149,80                              | 216,74              |

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"

Браснодедов В. А.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

М. П. Комаров



Ежедневное меню  
основного (организованного) питания \*\*

Циклическое меню: Неделя: 2 День: 1

КОМПЛЕКС № 1

| Прием пищи     | Наименование блюда                          | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |              |               | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептур  | Цена продуктового набора в рублях | Цена всего в рублях |
|----------------|---------------------------------------------|------------------|-------------------------|--------------|---------------|-------------------------------|-------------|-----------------------------------|---------------------|
|                |                                             |                  | Белки                   | Жиры         | Углеводы      |                               |             |                                   |                     |
| Завтрак        | Яйцо вареное                                | 40               | 4,80                    | 4,00         | 0,30          | 56                            | 54-60-2022  | 10,00                             | 15,00               |
|                | Каша вязкая молочная из риса                | 200              | 6,90                    | 12,00        | 40,90         | 280                           | № ТК К/21   | 22,15                             | 33,22               |
|                | Кофейный напиток с молоком                  | 200              | 3,16                    | 2,68         | 15,95         | 101                           | 379-2017    | 13,92                             | 20,88               |
|                | Хлеб пшеничный                              | 30               | 2,10                    | 0,60         | 15,00         | 72                            | Пром.1      | 2,90                              | 3,48                |
|                | Хлеб ржаной                                 | 20               | 1,20                    | 0,20         | 9,00          | 42                            | Пром.2      | 2,22                              | 2,67                |
|                | Фрукты свежие (яблоко)                      | 100              | 0,40                    | 0,40         | 9,80          | 47                            | Пром.3      | 8,20                              | 10,66               |
|                | <b>Итого за рацион питания :</b>            | <b>590</b>       | <b>18,56</b>            | <b>19,88</b> | <b>90,95</b>  | <b>598</b>                    |             | <b>59,39</b>                      | <b>85,91</b>        |
| Обед           | Салат из отварных овощей с зеленым горошком | 100              | 1,23                    | 6,08         | 4,47          | 77                            | ТК № 84 Н   | 9,31                              | 13,19               |
|                | Шницель из курицы                           | 100              | 19,20                   | 4,26         | 13,46         | 169                           | 54-24м-2022 | 38,47                             | 57,34               |
|                | Ризотто с овощами                           | 180              | 4,10                    | 11,00        | 39,42         | 254                           | № О/19      | 24,15                             | 32,85               |
|                | Напиток "Ассорти"(плодово-ягодный)          | 200              | 0,10                    | 0,10         | 18,78         | 74                            | ТК № 3/12   | 6,42                              | 9,63                |
|                | 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 (вафли)                | 15               | 0,32                    | 2,66         | 5,69          | 48                            | Пром.       | 4,43                              | 5,76                |
|                | <b>Итого за рацион питания :</b>            | <b>655</b>       | <b>28,95</b>            | <b>25,1</b>  | <b>110,82</b> | <b>760</b>                    |             | <b>88,87</b>                      | <b>126,09</b>       |
| <b>ВСЕГО :</b> |                                             | <b>1 245</b>     | <b>47,51</b>            | <b>44,98</b> | <b>201,77</b> | <b>1 358</b>                  |             | <b>148,26</b>                     | <b>212,00</b>       |

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО «Школьное питание»

Красноделов В. А.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

М.В. Камышев

## Ежедневное меню

основного (организованного) питания. \*\*

Возраст: 7-11 лет

Категория: 1-4 классы

Дата: 28.04.2025 Циклическое меню: Неделя: 2 День: 1

\*\* очищенный картофель

| Прием пищи     | 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        | Яйцо вареное                                | 40               | 4,80                    | 4,00         | 0,30          | 56                            | 54-60-2022  | 10,00                           | 15,00               |
|                | Каша вязкая молочная из риса                | 150              | 4,29                    | 7,75         | 30,66         | 210                           | 174-2017    | 16,62                           | 24,93               |
|                | Кофейный напиток с молоком                  | 200              | 3,16                    | 2,68         | 15,95         | 101                           | 379-2017    | 13,92                           | 20,88               |
|                | Хлеб пшеничный                              | 30               | 2,10                    | 0,60         | 15,00         | 72                            | Пром.1      | 2,90                            | 3,48                |
|                | Хлеб ржаной                                 | 20               | 1,20                    | 0,20         | 9,00          | 42                            | Пром.2      | 2,22                            | 2,67                |
|                | Фрукты свежие (апельсин)                    | 100              | 0,90                    | 0,20         | 8,10          | 43                            | Пром.11     | 17,60                           | 22,88               |
|                | <b>Итого за рацион питания :</b>            | <b>540</b>       | <b>16,45</b>            | <b>15,43</b> | <b>79,01</b>  | <b>524</b>                    |             | <b>63,26</b>                    | <b>89,84</b>        |
| Обед           | Салат из отварных овощей с зеленым горошком | 80               | 0,98                    | 4,86         | 3,57          | 62                            | ТК № 84 Н   | 7,45                            | 10,55               |
|                | Суп картофельный с клецками                 | 200              | 1,80                    | 2,62         | 11,00         | 75                            | 54-60-2022  | 6,19                            | 9,30                |
|                | Шницель из курицы                           | 90               | 17,28                   | 3,84         | 12,12         | 152                           | 54-24м-2022 | 34,63                           | 51,62               |
|                | Ризотто с овощами                           | 150              | 3,91                    | 7,98         | 32,85         | 211                           | ТК № О/10   | 20,12                           | 27,39               |
|                | Кисель из вишни                             | 200              | 0,18                    | 0,14         | 23,94         | 117                           | 350-17      | 16,90                           | 25,35               |
|                | 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 (вафли)                | 15               | 0,32                    | 2,66         | 5,69          | 48                            | Пром.       | 4,43                            | 5,76                |
|                | <b>Итого за рацион питания :</b>            | <b>795</b>       | <b>28,47</b>            | <b>23,1</b>  | <b>118,17</b> | <b>803</b>                    |             | <b>95,81</b>                    | <b>137,29</b>       |
| Полдник        | Булочка ванильная                           | 60               | 4,60                    | 5,05         | 28,70         | 177                           | ТК № П/7    | 4,88                            | 7,32                |
|                | Кефир                                       | 180              | 5,22                    | 4,50         | 7,20          | 90                            | Пром.10     | 20,13                           | 26,17               |
|                | Фрукты свежие (яблоко)                      | 100              | 0,40                    | 0,40         | 9,80          | 47                            | Пром.3      | 8,20                            | 10,66               |
|                | <b>Итого за рацион питания :</b>            | <b>340</b>       | <b>10,22</b>            | <b>9,95</b>  | <b>45,7</b>   | <b>314</b>                    |             | <b>33,21</b>                    | <b>44,15</b>        |
| <b>ВСЕГО :</b> |                                             | <b>1 675</b>     | <b>55,14</b>            | <b>48,48</b> | <b>242,88</b> | <b>1 641</b>                  |             | <b>192,28</b>                   | <b>271,28</b>       |

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи









