

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

/Краснодедов В. А.

*Желомов*  
МАОУ СОШ № 41

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

Возраст: 12 и старше

Категория: 5-11 классы

Дата: 12.12.2024 Циклическое меню: Неделя: 2 День: 4

**КОМПЛЕКС № 1**

\* очищенные овощи

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	Цена продукта в наборах в рублях	Цена всего в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы				
Завтрак	Овощи в нарезке (помидор свежий)	100	1,17	0,17	3,83	21	54-3з-2022	17,35	22,55
	Омлет с картофелем (запеченный)	200	17,60	21,20	15,00	378	345-2004	58,59	87,88
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,30		6,70	28	54-3гн-2022	2,32	3,48
	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
	Кондитерские изделия (пряники)	25	0,55	0,41	6,82	130	Пром.	8,90	11,57
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>575</b>	<b>22,92</b>	<b>22,58</b>	<b>56,35</b>	<b>671</b>		<b>92,05</b>	<b>131,34</b>
Обед	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	1,31	3,25	6,46	60	45-2017	6,52	9,78
	Рыба запеченная "Фиш-ка" (минтай)	100	11,44	14,30	4,17	238	ТК № О/6	40,70	61,03
	Картофель отварной с зеленью	180	3,66	5,93	28,98	218	634-2022	22,22	33,32
	Сок натуральный	200	1,00		20,20	85	Пром.	16,00	20,80
	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>21,81</b>	<b>24,88</b>	<b>98,61</b>	<b>786</b>		<b>98,65</b>	<b>141,52</b>
<b>ВСЕГО :</b>	<b>1 315</b>	<b>44,73</b>	<b>47,46</b>	<b>154,96</b>	<b>1 457</b>		<b>190,70</b>	<b>272,86</b>	

Заведующий производством

должность

*Васильев*

подпись

*Васильев*

расшифровка подписи

«УТВЕРЖДЕНО»  
Руководитель АНО «Школьное питание»

/Краснодедов В. А.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

*Мелотова*

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

Возраст: 12 и старше

Категория: 5-11 классы

Дата: 12.12.2024 Циклическое меню: Неделя: 2 День: 4

**КОМПЛЕКС № 2**

\* 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	Овощи в нарезке (помидор свежий)	100	1,17	0,17	3,83	21	54-3з-2022	17,35	22,55
	Омлет натуральный	210	16,75	19,21	24,54	358	ТК	59,12	88,67
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,30		6,70	28	54-3гн-2022	2,32	3,48
	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
	Кондитерские изделия (пряники)	25	0,55	0,41	6,82	130	Пром.	8,90	11,57
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>585</b>	<b>22,07</b>	<b>20,59</b>	<b>65,89</b>	<b>651</b>		<b>92,58</b>	<b>132,13</b>
Обед	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	1,31	3,25	6,46	60	45-2017	6,52	9,78
	Фишболы в томатном соусе (100/20)	120	13,25	11,05	6,40	208	№ТК/13	37,65	56,46
	Картофель фри	200	2,11	9,00	36,11	247	№648-22	25,72	38,59
	Сок натуральный	200	1,00		20,20	85	Пром.	16,00	20,80
	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>22,07</b>	<b>24,7</b>	<b>107,97</b>	<b>785</b>		<b>99,10</b>	<b>142,22</b>	
<b>ВСЕГО :</b>	<b>1 365</b>	<b>44,14</b>	<b>45,29</b>	<b>173,86</b>	<b>1 436</b>		<b>191,68</b>	<b>274,35</b>	

Заведующий производством

должность

*Васильева*

подпись

*Васильева*

расшифровка подписи

«УТВЕРЖДЕНО»  
Руководитель АНО "Школьное питание"

Краснодедов В. А.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

Возраст: 12 и старше

Категория: 5-11 классы

Дата: 12.12.2024 Цикличное меню: Неделя: 2 День: 4

\* очищенные овощи

Ежедневное меню  
основного (организованного) питания \*

КОМПЛЕКС № 1

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	Овощи в нарезке (помидор свежий)	100	1,17	0,17	3,83	21	54-3з-2022	17,35	22,55
	Омлет с картофелем (запеченный)	200	17,60	21,20	15,00	378	345-2004	58,59	87,88
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,30		6,70	28	54-3гн-2022	2,32	3,48
	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
	Кондитерские изделия (пряники)	25	0,55	0,41	6,82	130	Пром.	8,90	11,57
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>575</b>	<b>22,92</b>	<b>22,58</b>	<b>56,35</b>	<b>671</b>		<b>92,05</b>	<b>131,34</b>
Обед	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	1,31	3,25	6,46	60	45-2017	6,52	9,78
	Суп картофельный с мясными фрикадельками (250/25)	275	9,34	6,72	20,41	182	137-2004	33,02	49,52
	Рыба запеченная "Фиш-ка" (минтай)	100	11,44	14,30	4,17	238	ТК № О/6	40,70	61,03
	Картофель отварной с зеленью	180	3,66	5,93	28,98	218	634-2022	22,22	33,32
	Сок натуральный	200	1,00		20,20	85	Пром.	16,00	20,80
	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>1 015</b>	<b>31,15</b>	<b>31,6</b>	<b>119,02</b>	<b>968</b>		<b>131,67</b>	<b>191,04</b>
Полдник	Расстегай с мясом	75	9,43	8,04	22,48	267	П/9	21,73	32,57
	Чай с молоком	200	1,60	1,10	8,70	51	54-4гн-2022	4,93	7,40
	Фрукты свежие (апельсин)	100	0,90	0,20	8,10	43	Пром.11	16,00	20,80
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>375</b>	<b>11,93</b>	<b>9,34</b>	<b>39,28</b>	<b>361</b>		<b>42,66</b>	<b>60,77</b>
<b>ВСЕГО :</b>		<b>1 965</b>	<b>66</b>	<b>63,52</b>	<b>214,65</b>	<b>2 000</b>		<b>266,38</b>	<b>383,15</b>

Заведующий производством

должность



подпись



расшифровка подписи

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"

/Краснодедов В. А.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

МАОУ  
СОШ № 41

*Лимонова*

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

Возраст: 12 и старше

Категория: 5-11 классы

Дата: 12.12.2024 Циклическое меню: Неделя: 2 День: 4

**КОМПЛЕКС № 2**

\* 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	Овощи в нарезке (помидор свежий)	100	1,17	0,17	3,83	21	54-3з-2022	17,35	22,55
	Омлет натуральный	210	16,75	19,21	24,54	358	ТК	59,12	88,67
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,30		6,70	28	54-3гн-2022	2,32	3,48
	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
	Кондитерские изделия (пряники)	25	0,55	0,41	6,82	130	Пром.	8,90	11,57
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>585</b>	<b>22,07</b>	<b>20,59</b>	<b>65,89</b>	<b>651</b>		<b>92,58</b>	<b>132,13</b>
Обед	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	1,31	3,25	6,46	60	45-2017	6,52	9,78
	Суп картофельный с мясными фрикадельками (250/25)	275	9,34	6,72	20,41	182	137-2004	33,02	49,52
	Фишболы в томатном соусе (100/20)	120	13,25	11,05	6,40	208	№ТК/13	37,65	56,46
	Картофель фри	200	2,11	9,00	36,11	247	№648-22	25,72	38,59
	Сок натуральный	200	1,00		20,20	85	Пром.	16,00	20,80
	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>1 055</b>	<b>31,41</b>	<b>31,42</b>	<b>128,38</b>	<b>967</b>		<b>132,12</b>	<b>191,74</b>
Полдник	Расстегай с мясом	75	9,43	8,04	22,48	267	П/9	21,73	32,57
	Чай с молоком	200	1,60	1,10	8,70	51	54-4гн-2022	4,93	7,40
	Фрукты свежие (апельсин)	100	0,90	0,20	8,10	43	Пром.11	16,00	20,80
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>375</b>	<b>11,93</b>	<b>9,34</b>	<b>39,28</b>	<b>361</b>		<b>42,66</b>	<b>60,77</b>
<b>ВСЕГО :</b>		<b>2 015</b>	<b>65,41</b>	<b>61,35</b>	<b>233,55</b>	<b>1 979</b>		<b>267,36</b>	<b>384,64</b>

Заведующий производством  
должность

*Ваша*  
подпись

*Васильев*  
расшифровка подписи

«УТВЕРЖДЕНО»  
Руководитель АНО "Школьное питание"

Краснодедов В. А.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

Немонова

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

Возраст: 7-11 лет

Категория: 1-4 классы

Дата: 12.12.2024 Циклическое меню: Неделя: 2 День: 4

\* 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	Овощи в нарезке (помидор свежий)	75	0,88	0,13	2,88	16	54-3з-2022	13,01	16,91
	Омлет с картофелем (запеченный)	150	13,20	15,90	11,25	284	345-2004	43,95	65,93
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,30		6,70	28	54-3гн-2022	2,32	3,48
	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
	Кондитерские изделия (пряники)	25	0,55	0,41	6,82	130	Пром.	8,90	11,57
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>500</b>	<b>18,23</b>	<b>17,24</b>	<b>51,65</b>	<b>572</b>		<b>73,07</b>	<b>103,75</b>
Обед	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	0,78	1,94	3,87	36	45-2017	3,91	5,87
	Суп картофельный с мясными фрикадельками (200/25)	225	7,64	5,50	16,70	149	137-2004	30,50	45,75
	Рыба запеченная "Фиш-ка" (минтай)	90	10,30	12,87	3,75	214	ТК № 0/6	36,58	54,85
	Картофель отварной с зеленью	150	3,05	4,94	24,15	182	634-2022	18,52	27,78
	Сок натуральный	180	0,90		18,18	76	Пром.	14,40	18,72
	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>865</b>	<b>27,07</b>	<b>26,65</b>	<b>105,45</b>	<b>842</b>		<b>117,12</b>	<b>169,56</b>
Полдник	Расстегай с мясом	75	9,43	8,04	22,48	267	П/9	21,73	32,57
	Чай с молоком	180	1,44	0,99	7,83	46	54-4гн-2022	4,43	6,65
	Фрукты свежие (апельсин)	100	0,90	0,20	8,10	43	Пром.11	16,00	20,80
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>355</b>	<b>11,77</b>	<b>9,23</b>	<b>38,41</b>	<b>356</b>		<b>42,16</b>	<b>60,02</b>
<b>ВСЕГО :</b>		<b>1 720</b>	<b>57,07</b>	<b>53,12</b>	<b>195,51</b>	<b>1 770</b>		<b>232,35</b>	<b>333,33</b>

Заведующий производством

должность

*Васильева*

подпись

*Васильева*

расшифровка подписи