

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"

Краснодедов В. А.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации



Ежедневное меню

основного (организованного) питания \*\*

Возраст: 7-11 лет

Категория: 1-4 классы

Дата: 20.03.2025 Пятидневное меню: Неделя: 1 День: 4

\*\* очищенный картофель

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	Кукуруза сахарная	60	1,20	0,20	6,10	31	54-21з-2022	21,41	27,83
	Омлет натуральный	150	12,70	18,00	3,30	226	54-1о-2022	43,27	64,91
	Сок натуральный	200	1,00		20,20	85	Пром.	17,00	22,10
	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>560</b>	<b>19,1</b>	<b>19,2</b>	<b>61,7</b>	<b>499</b>		<b>104,40</b>	<b>143,87</b>
Обед	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	0,78	1,94	3,87	36	45-2017	4,26	6,40
	Суп гороховый	200	4,24	4,02	15,92	117	54-8с-2022	7,45	11,17
	Биточки (говядина)	90	14,31	12,96	14,40	235	451-2004	55,06	82,12
	Картофельное пюре	150	3,20	5,20	19,80	139	11г-2022	22,11	33,16
	Компот из кураги	180	0,90	0,09	14,12	60	54-2хн-2022	7,66	11,48
	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 (ирис)	25	0,85	1,95	23,30	120	Пром.	10,43	13,56
<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>765</b>	<b>28,28</b>	<b>27,16</b>	<b>120,41</b>	<b>845</b>		<b>113,06</b>	<b>165,21</b>	
Полдник	Котлета куриная, запеченная в тесте	75	7,24	7,81	24,88	205	ТК П/5	19,15	28,57
	Чай с молоком	200	1,60	1,10	8,70	51	54-4гн-2022	6,06	9,09
	Фрукты свежие (апельсин)	100	0,90	0,20	8,10	43	Пром.11	17,60	22,88
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>375</b>	<b>9,74</b>	<b>9,11</b>	<b>41,68</b>	<b>299</b>		<b>42,81</b>	<b>60,54</b>
<b>ВСЕГО :</b>	<b>1 700</b>	<b>57,12</b>	<b>55,47</b>	<b>223,79</b>	<b>1 643</b>		<b>260,27</b>	<b>369,62</b>	

Заведующий производством

должность

*Васильев*  
подпись

*Васильев*  
расшифровка подписи

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО «Школьное питание»



Краснощедов В. А.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации



Ежедневное меню

основного (организованного) питания \*\*

Возраст: 12 и старше

Категория: 5-11 классы

Дата: 20.03.2025 Циклическое меню: Неделя: 1 День: 4

**КОМПЛЕКС № 1**

\*\* очищенный картофель

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	Кукуруза сахарная	100	2,00	0,33	10,17	52	54-21з-2022	35,66	46,36
	Омлет с морковью	200	14,80	20,00	9,80	268	ТК №22	51,36	77,03
	Сок натуральный	200	1,00		20,20	85	Пром.	17,00	22,10
	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>650</b>	<b>21,5</b>	<b>21,53</b>	<b>73,97</b>	<b>566</b>		<b>117,34</b>	<b>162,30</b>
Обед	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	1,31	3,25	6,46	60	45-2017	7,13	10,67
	Биточки (говядина)	100	14,50	14,40	14,50	250	Тк В/Б1	61,18	91,26
	Картофельное пюре	180	3,84	6,24	23,76	167	11г-2022	26,03	39,05
	Компот из кураги	200	1,00	0,10	15,69	67	54-2хн-2022	8,51	12,76
	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 (ирис)	25	0,85	1,95	23,30	120	Пром.	10,43	13,56
<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>665</b>	<b>25,5</b>	<b>26,94</b>	<b>112,71</b>	<b>802</b>		<b>119,37</b>	<b>174,62</b>	
<b>ВСЕГО :</b>		<b>1 315</b>	<b>47</b>	<b>48,47</b>	<b>186,68</b>	<b>1 368</b>		<b>236,71</b>	<b>336,92</b>

Заведующий производством

должность

*Ваша*  
подпись

*Васильева*  
расшифровка подписи



«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"

Краснододов В. А.



«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

Иванова



Ежедневное меню  
основного (организованного) питания \*\*

Возраст: 12 и старше

Категория: 5-11 классы

Дата: 20.03.2025 Циклическое меню: Неделя: 1 День: 4

КОМПЛЕКС № 2

\*\* очищенный картофель

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	Кукуруза сахарная	100	2,00	0,33	10,17	52	54-21з-2022	35,66	46,36
	Омлет с овощами	200	15,24	18,14	9,63	263	№Тк/Г1	49,30	73,43
	Сок натуральный	200	1,00		20,20	85	Пром.	17,00	22,10
	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>650</b>	<b>21,94</b>	<b>19,67</b>	<b>73,8</b>	<b>561</b>		<b>115,28</b>	<b>158,70</b>
Обед	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	1,31	3,25	6,46	60	45-2017	7,13	10,67
	Говядина в кисло-сладком соусе	120	13,60	14,30	9,86	195	№ТК 12	60,07	90,10
	Рис припущенный	200	4,67	6,40	29,75	224	№ТК 13	19,18	28,77
	Компот из кураги	200	1,00	0,10	15,69	67	54-2жн-2022	8,51	12,76
	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 (ирис)	25	0,85	1,95	23,30	120	Пром.	10,43	13,56
<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>705</b>	<b>25,43</b>	<b>27</b>	<b>114,06</b>	<b>804</b>		<b>111,41</b>	<b>163,18</b>	
<b>ВСЕГО :</b>	<b>1 355</b>	<b>47,37</b>	<b>46,67</b>	<b>187,86</b>	<b>1 365</b>		<b>226,69</b>	<b>321,88</b>	

Заведующий производством

должность

*Васильев*  
подпись

*Васильев*  
расшифровка подписи

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО «Школьное питание»

Краснощедов В. А.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

МАОУ СОШ № 11

Метрова



Ежедневное меню  
основного (организованного) питания \*\*

Возраст: 12 и старше

Категория: 5-11 классы

Дата: 20.03.2025 Циклическое меню: Неделя: 1 День: 4

КОМПЛЕКС № 1

\*\* очищенный картофель

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	Кукуруза сахарная	100	2,00	0,33	10,17	52	54-21з-2022	35,66	46,36
	Омлет с морковью	200	14,80	20,00	9,80	268	ТК №22	51,36	77,03
	Сок натуральный	200	1,00		20,20	85	Пром.	17,00	22,10
	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>650</b>	<b>21,5</b>	<b>21,53</b>	<b>73,97</b>	<b>566</b>		<b>117,34</b>	<b>162,30</b>
Обед	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	1,31	3,25	6,46	60	45-2017	7,13	10,67
	Суп гороховый	250	5,30	5,02	19,90	146	54-8с-2022	9,27	13,89
	Биточки (говядина)	100	14,50	14,40	14,50	250	Тк В/Б1	61,18	91,26
	Картофельное пюре	180	3,84	6,24	23,76	167	11г-2022	26,03	39,05
	Компот из кураги	200	1,00	0,10	15,69	67	54-2хн-2022	8,51	12,76
	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 (ирис)	25	0,85	1,95	23,30	120	Пром.	10,43	13,56
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>915</b>	<b>30,8</b>	<b>31,96</b>	<b>132,61</b>	<b>948</b>		<b>128,64</b>	<b>188,51</b>
Полдник	Котлета куриная, запеченная в тесте	100	9,65	10,41	33,17	273	ТК № П/5	25,51	38,05
	Чай с молоком	200	1,60	1,10	8,70	51	54-4гн-2022	6,06	9,09
	Фрукты свежие (апельсин)	100	0,90	0,20	8,10	43	Пром.11	17,60	22,88
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>400</b>	<b>12,15</b>	<b>11,71</b>	<b>49,97</b>	<b>367</b>		<b>49,17</b>	<b>70,02</b>
<b>ВСЕГО :</b>	<b>1 965</b>	<b>64,45</b>	<b>65,2</b>	<b>256,55</b>	<b>1 881</b>		<b>295,15</b>	<b>420,83</b>	

Заведующий производством

должность

Ваш

подпись

Васильев

расшифровка подписи



«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"



Краснододов В. А.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации



И. А. Луговая

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

Возраст: 12 и старше

Категория: 5-11 классы

Дата: 20.03.2025 Цикличное меню: Неделя: 1 День: 4

**КОМПЛЕКС № 2**

\*\* очищенный картофель

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергети- ческая ценность , Ккал	№ рецептур ы	Цена продукто вого набора в рублях	Цена всего в рублях
			Белк и	Жир ы	Углев оды				
Завтрак	Кукуруза сахарная	100	2,00	0,33	10,17	52	54-21з-2022	35,66	46,36
	Омлет с овощами	200	15,24	18,14	9,63	263	№Тк/Г1	49,30	73,43
	Сок натуральный	200	1,00		20,20	85	Пром.	17,00	22,10
	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>650</b>	<b>21,94</b>	<b>19,67</b>	<b>73,8</b>	<b>561</b>		<b>115,28</b>	<b>158,70</b>
Обед	Салат из белокачанной капусты с морковью	100	1,31	3,25	6,46	60	45-2017	7,13	10,67
	Суп гороховый	250	5,30	5,02	19,90	146	54-8с-2022	9,27	13,89
	Говядина в кисло-сладком соусе	120	13,60	14,30	9,86	195	№ТК 12	60,07	90,10
	Рис припущенный	200	4,67	6,40	29,75	224	№ТК 13	19,18	28,77
	Компот из кураги	200	1,00	0,10	15,69	67	54-2хн-2022	8,51	12,76
	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 (ирис)	25	0,85	1,95	23,30	120	Пром.	10,43	13,56
<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>955</b>	<b>30,73</b>	<b>32,02</b>	<b>133,96</b>	<b>950</b>		<b>120,68</b>	<b>177,07</b>	
Полдник	Котлета куриная, запеченная в тесте	100	9,65	10,41	33,17	273	ТК № П/5	25,51	38,05
	Чай с молоком	200	1,60	1,10	8,70	51	54-4гн-2022	6,06	9,09
	Фрукты свежие (апельсин)	100	0,90	0,20	8,10	43	Пром.11	17,60	22,88
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>400</b>	<b>12,15</b>	<b>11,71</b>	<b>49,97</b>	<b>367</b>		<b>49,17</b>	<b>70,02</b>
<b>ВСЕГО :</b>	<b>2 005</b>	<b>64,82</b>	<b>63,4</b>	<b>257,73</b>	<b>1 878</b>		<b>285,13</b>	<b>405,79</b>	

Заведующий производством

должность

*Ваша*

подпись

*Васильева*

расшифровка подписи