

«УТВЕРЖДЕНО»  
Руководитель АНО «Школьное питание»



Краснододов В. А.

«СОГЛАСОВАНО»  
Руководитель общеобразовательной организации



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

Возраст: 7-11 лет

Категория: 1-4 классы

Дата: 21.01.2025 Циклическое меню: Неделя: 1 День: 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        | Салат из свеклы и зеленого горошка                | 60               | 0,62                    | 3,63         | 1,32          | 40                            | ТК № 86 Н   | 5,44                              | 7,72                |
|                | Гречка по-Кубански                                | 150              | 9,27                    | 12,68        | 32,93         | 262                           | ТК № 3/14   | 62,83                             | 94,26               |
|                | Чай с сахаром                                     | 200              | 0,20                    |              | 6,50          | 27                            | 54-2гн-2022 | 1,25                              | 1,87                |
|                | 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>560</b>       | <b>13,79</b>            | <b>17,51</b> | <b>74,55</b>  | <b>490</b>                    |             | <b>82,61</b>                      | <b>120,37</b>       |
| Обед           | Ассорти овощное вариант 1                         | 60               | 0,50                    | 0,09         | 1,50          | 8                             | №ТК АС/1    | 6,47                              | 9,00                |
|                | Суп картофельный с мясными фрикадельками (200/25) | 225              | 7,64                    | 5,50         | 16,70         | 149                           | 137-2004    | 31,76                             | 47,62               |
|                | Котлета "Дружба"                                  | 90               | 12,48                   | 12,08        | 7,16          | 201                           | ТК № 0/16 Н | 35,59                             | 53,22               |
|                | Картофель отварной с зеленью                      | 150              | 3,05                    | 4,94         | 24,15         | 182                           | 634-2022    | 21,48                             | 32,22               |
|                | 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     | 3,69                              | 4,43                |
|                | Хлеб ржаной                                       | 20               | 1,20                    | 0,20         | 9,00          | 42                            | Пром.2      | 2,12                              | 2,54                |
|                | Кондитерские изделия (вафли)                      | 15               | 0,32                    | 2,66         | 5,69          | 48                            | Пром.       | 4,43                              | 5,76                |
|                | <b>Итого за рацион питания :</b>                  | <b>800</b>       | <b>28,09</b>            | <b>26,37</b> | <b>102,98</b> | <b>800</b>                    |             | <b>111,96</b>                     | <b>164,42</b>       |
| Полдник        | Булочка ванильная                                 | 60               | 4,60                    | 5,05         | 28,70         | 177                           | ТК № П/7    | 4,94                              | 7,41                |
|                | Кофейный напиток с молоком                        | 200              | 3,16                    | 2,68         | 15,95         | 101                           | 379-2017    | 13,74                             | 20,61               |
|                | Фрукты свежие (апельсин)                          | 100              | 0,90                    | 0,20         | 8,10          | 43                            | Пром.11     | 17,60                             | 22,88               |
|                | <b>Итого за рацион питания :</b>                  | <b>360</b>       | <b>8,66</b>             | <b>7,93</b>  | <b>52,75</b>  | <b>321</b>                    |             | <b>36,28</b>                      | <b>50,90</b>        |
| <b>ВСЕГО :</b> |   | <b>1 720</b>     | <b>50,54</b>            | <b>51,81</b> | <b>230,28</b> | <b>1 611</b>                  |             | <b>230,85</b>                     | <b>335,69</b>       |

Заведующий производством

должность

*Ваш*

подпись

*Васильева*

расшифровка подписи

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"



Краснодоров В.А.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации



Жеметова

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

Возраст: 12 и старше

Категория: 5-11 классы

Дата: 21.01.2025 Циклическое меню: Неделя: 1 День: 2

**КОМПЛЕКС № 1**

\*\* очищенный картофель

| Прием пищи     | 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        | Салат из свеклы и зеленого горошка | 100              | 1,09                    | 6,05          | 2,20         | 67                            | ТК № 86 Н     | 9,08                                | 12,86               |
|                | Гречка по-Кубански                 | 200              | 14,67                   | 15,30         | 46,53        | 349                           | ТК № 3/14     | 83,79                               | 125,66              |
|                | Чай с сахаром                      | 200              | 0,20                    |               | 6,50         | 27                            | 54-2гн-2022   | 1,25                                | 1,87                |
|                | 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>19,66</b>            | <b>22,55</b>  | <b>89,03</b> | <b>604</b>                    |               | <b>107,21</b>                       | <b>156,91</b>       |
| Обед           | Ассорти овощное вариант 1          | 100              | 0,84                    | 0,15          | 2,50         | 14                            | №ТК АС/1      | 11,77                               | 16,24               |
|                | Котлета "Дружба"                   | 100              | 12,86                   | 13,42         | 10,95        | 224                           | ТК № 0/16     | 39,57                               | 59,12               |
|                | Картофель отварной с зеленью       | 180              | 3,66                    | 5,93          | 28,98        | 218                           | 634-2022      | 25,78                               | 38,65               |
|                | 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       | 3,69                                | 4,43                |
|                | Хлеб ржаной                        | 20               | 1,20                    | 0,20          | 9,00         | 42                            | Пром.2        | 2,12                                | 2,54                |
|                | 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>21,78</b>            | <b>23,26</b>  | <b>95,9</b>  | <b>716</b>                    |               | <b>93,78</b>                        | <b>136,37</b>       |
| <b>ВСЕГО :</b> | <b>1 305</b>                       | <b>41,44</b>     | <b>45,81</b>            | <b>184,93</b> | <b>1 320</b> |                               | <b>200,99</b> | <b>293,28</b>                       |                     |

Заведующий производством  
должность

*Ваш*  
подпись

*Васильева*  
расшифровка подписи

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО «Школьное питание»

Краснододов В. А.



«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

Желотова



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

Возраст: 12 и старше

Категория: 5-11 классы

Дата: 21.01.2025 Циклическое меню: Неделя: 1 День: 2

**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        | Салат из свеклы и зеленого горошка        | 100              | 1,09                    | 6,05          | 2,20         | 67                            | ТК № 86 Н     | 9,08                              | 12,86               |
|                | Говядина, запеченная с макаронами и сыром | 250              | 17,34                   | 14,22         | 37,35        | 350                           | №85 НО        | 88,15                             | 132,23              |
|                | Чай с сахаром                             | 200              | 0,20                    |               | 6,50         | 27                            | 54-2гн-2022   | 1,25                              | 1,87                |
|                | 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>700</b>       | <b>22,33</b>            | <b>21,47</b>  | <b>79,85</b> | <b>605</b>                    |               | <b>111,57</b>                     | <b>163,48</b>       |
| Обед           | Ассорти овощное вариант 1                 | 100              | 0,84                    | 0,15          | 2,50         | 14                            | №ТК АС/1      | 11,77                             | 16,24               |
|                | Рыба, тушенная с овощами (горбуша)        | 100              | 10,22                   | 13,44         | 9,35         | 226                           | 461-22        | 55,95                             | 83,90               |
|                | Каша пшеничная вязкая                     | 200              | 5,44                    | 5,13          | 28,62        | 195                           | 349-22        | 7,57                              | 11,34               |
|                | 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       | 3,69                              | 4,43                |
|                | Хлеб ржаной                               | 20               | 1,20                    | 0,20          | 9,00         | 42                            | Пром.2        | 2,12                              | 2,54                |
|                | Кондитерские изделия (вафли)              | 15               | 0,32                    | 2,66          | 5,69         | 48                            | Пром.         | 4,43                              | 5,76                |
|                | <b>Итого за рацион питания :</b>          | <b>675</b>       | <b>20,92</b>            | <b>22,48</b>  | <b>93,94</b> | <b>695</b>                    |               | <b>91,95</b>                      | <b>133,84</b>       |
| <b>ВСЕГО :</b> | <b>1 375</b>                              | <b>43,25</b>     | <b>43,95</b>            | <b>173,79</b> | <b>1 300</b> |                               | <b>203,52</b> | <b>297,32</b>                     |                     |

Заведующий производством

должность

Ваш

подпись

Васильева

расшифровка подписи

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО «Школьное питание»

Краснодедов В. А.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

*Желтовова*



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

Возраст: 11-12 лет  
Категория: 5-11 классы

Дата: 21.01.2025 Циклическое меню: Неделя: 1 День: 2

**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        | Салат из свеклы и зеленого горошка                | 100              | 1,09                    | 6,05         | 2,20          | 67                            | ТК № 86 Н   | 9,08                              | 12,86               |
|                | Гречка по-Кубански                                | 200              | 14,67                   | 15,30        | 46,53         | 349                           | ТК № 3/14   | 83,79                             | 125,66              |
|                | Чай с сахаром                                     | 200              | 0,20                    |              | 6,50          | 27                            | 54-2гн-2022 | 1,25                              | 1,87                |
|                | 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>19,66</b>            | <b>22,55</b> | <b>89,03</b>  | <b>604</b>                    |             | <b>107,21</b>                     | <b>156,91</b>       |
| Обед           | Ассорти овощное вариант 1                         | 100              | 0,84                    | 0,15         | 2,50          | 14                            | №ТК АС/1    | 11,77                             | 16,24               |
|                | Суп картофельный с мясными фрикадельками (250/25) | 275              | 9,34                    | 6,72         | 20,41         | 182                           | 137-2004    | 34,31                             | 51,47               |
|                | Котлета "Дружба"                                  | 100              | 12,86                   | 13,42        | 10,95         | 224                           | ТК № 0/16   | 39,57                             | 59,12               |
|                | Картофель отварной с зеленью                      | 180              | 3,66                    | 5,93         | 28,98         | 218                           | 634-2022    | 25,78                             | 38,65               |
|                | 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     | 3,69                              | 4,43                |
|                | Хлеб ржаной                                       | 20               | 1,20                    | 0,20         | 9,00          | 42                            | Пром.2      | 2,12                              | 2,54                |
|                | Кондитерские изделия (вафли)                      | 15               | 0,32                    | 2,66         | 5,69          | 48                            | Пром.       | 4,43                              | 5,76                |
|                | <b>Итого за рацион питания :</b>                  | <b>930</b>       | <b>31,12</b>            | <b>29,98</b> | <b>116,31</b> | <b>898</b>                    |             | <b>128,09</b>                     | <b>187,84</b>       |
| Полдник        | Булочка ванильная                                 | 70               | 5,37                    | 7,89         | 31,48         | 207                           | П/14        | 5,75                              | 8,61                |
|                | Кофейный напиток с молоком                        | 200              | 3,16                    | 2,68         | 15,95         | 101                           | 379-2017    | 13,74                             | 20,61               |
|                | Фрукты свежие (апельсин)                          | 100              | 0,90                    | 0,20         | 8,10          | 43                            | Пром.11     | 17,60                             | 22,88               |
|                | <b>Итого за рацион питания :</b>                  | <b>370</b>       | <b>9,43</b>             | <b>10,77</b> | <b>55,53</b>  | <b>351</b>                    |             | <b>37,09</b>                      | <b>52,10</b>        |
| <b>ВСЕГО :</b> |   | <b>1 950</b>     | <b>60,21</b>            | <b>63,3</b>  | <b>260,87</b> | <b>1 853</b>                  |             | <b>272,39</b>                     | <b>396,85</b>       |

Заведующий производством

должность

*Васильева*  
подпись

*Васильева*  
расшифровка подписи

«УТВЕРЖДЕНО»  
Руководитель АНО «Школьное питание»

Краснододов В. А.

«СОГЛАСОВАНО»  
Руководитель общеобразовательной организации

\_\_\_\_\_

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

Возраст: 12 и старше

Категория: 5-11 классы

Дата: 21.01.2025 Циклическое меню: Неделя: 1 День: 2

**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                          | Салат из свеклы и зеленого горошка                | 100              | 1,09                    | 6,05          | 2,20          | 67                            | ТК № 86 Н     | 9,08                              | 12,86               |
|                                  | Говядина, запеченная с макаронами и сыром         | 250              | 17,34                   | 14,22         | 37,35         | 350                           | №85 НО        | 88,15                             | 132,23              |
|                                  | Чай с сахаром                                     | 200              | 0,20                    |               | 6,50          | 27                            | 54-2гн-2022   | 1,25                              | 1,87                |
|                                  | 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>700</b>       | <b>22,33</b>            | <b>21,47</b>  | <b>79,85</b>  | <b>605</b>                    |               | <b>111,57</b>                     | <b>163,48</b>       |
| Обед                             | Ассорти овощное вариант 1                         | 100              | 0,84                    | 0,15          | 2,50          | 14                            | №ТК АС/1      | 11,77                             | 16,24               |
|                                  | Суп картофельный с мясными фрикадельками (250/25) | 275              | 9,34                    | 6,72          | 20,41         | 182                           | 137-2004      | 34,31                             | 51,47               |
|                                  | Рыба, тушеная с овощами (горбуша)                 | 100              | 10,22                   | 13,44         | 9,35          | 226                           | 461-22        | 55,95                             | 83,90               |
|                                  | Каша пшеничная вязкая                             | 200              | 5,44                    | 5,13          | 28,62         | 195                           | 349-22        | 7,57                              | 11,34               |
|                                  | 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       | 3,69                              | 4,43                |
|                                  | Хлеб ржаной                                       | 20               | 1,20                    | 0,20          | 9,00          | 42                            | Пром.2        | 2,12                              | 2,54                |
|                                  | Кондитерские изделия (вафли)                      | 15               | 0,32                    | 2,66          | 5,69          | 48                            | Пром.         | 4,43                              | 5,76                |
| <b>Итого за рацион питания :</b> | <b>950</b>  | <b>30,26</b>     | <b>29,2</b>             | <b>114,35</b> | <b>877</b>    |                               | <b>126,26</b> | <b>185,31</b>                     |                     |
| Полдник                          | Булочка ванильная                                 | 70               | 5,37                    | 7,89          | 31,48         | 207                           | П/14          | 5,75                              | 8,61                |
|                                  | Кофейный напиток с молоком                        | 200              | 3,16                    | 2,68          | 15,95         | 101                           | 379-2017      | 13,74                             | 20,61               |
|                                  | Фрукты свежие (апельсин)                          | 100              | 0,90                    | 0,20          | 8,10          | 43                            | Пром.11       | 17,60                             | 22,88               |
|                                  | <b>Итого за рацион питания :</b>                  | <b>370</b>       | <b>9,43</b>             | <b>10,77</b>  | <b>55,53</b>  | <b>351</b>                    |               | <b>37,09</b>                      | <b>52,10</b>        |
| <b>ВСЕГО :</b>                   |   | <b>2 020</b>     | <b>62,02</b>            | <b>61,44</b>  | <b>249,73</b> | <b>1 833</b>                  |               | <b>274,92</b>                     | <b>400,89</b>       |

Заведующий производством  
\_\_\_\_\_  
должность

\_\_\_\_\_  
подпись

\_\_\_\_\_  
расшифровка подписи