

«УТВЕРЖДЕНО»  
Руководитель образовательной организации

«Школьное питание» Шевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»  
Директор  
Руководитель общеобразовательной организации  
МУРЫГИНА Ю. В.

Ежедневное меню  
основного (организованного) питания \*\*

Возраст: 7-11 лет

Категория: 1-4 классы

Дата: 14.11.2024 Циклическое меню: Неделя: 2 День: 4

\*\* инвазивный 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	Овощи в нарезке (помидор свежий)	75	0,88	0,13	2,88	16	54-3н-2022	9,95	12,93
	Омлет с картофелем (запеченный)	150	13,20	15,90	11,25	284	345-2004	40,51	60,77
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,30		6,70	28	54-3н-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 (ирис)	25	0,85	1,95	23,30	120	Пром.	9,48	12,32
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>500</b>	<b>18,53</b>	<b>18,78</b>	<b>68,13</b>	<b>562</b>		<b>67,15</b>	<b>95,36</b>
Обед	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	0,78	1,94	3,87	36	45-2017	3,76	5,64
	Суп картофельный с мясными фрикадельками (200/25)	225	7,64	5,50	16,70	149	137-2004	28,50	42,76
	Рыба запеченная "Фиш-ка" (минтай)	90	10,30	12,87	3,75	214	ТК № 0/6	35,94	53,91
	Картофель отварной с зеленью	150	3,05	4,94	24,15	182	634-2022	17,61	26,42
	Сок натуральный	180	0,90		18,18	76	Пром.	14,40	18,72
	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	20,00	96	Пром.1	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.1	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>113,42</b>	<b>164,04</b>
Полдник	Расстегай с мясом	75	9,43	8,04	22,48	267	11/9	21,65	32,47
	Чай с молоком	180	1,44	0,99	7,83	46	54-4н-2022	4,43	6,65
	Фрукты свежие (мандарин)	100	0,80	0,20	7,50	38	Пром.4	14,50	18,85
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>385</b>	<b>11,67</b>	<b>9,23</b>	<b>37,81</b>	<b>351</b>		<b>40,58</b>	<b>57,97</b>
<b>ВСЕГО :</b>	<b>1 720</b>	<b>57,27</b>	<b>54,66</b>	<b>211,39</b>	<b>1 755</b>		<b>221,15</b>	<b>317,37</b>	

Заведующий производством

подпись

подпись

Ташкова А.С.  
расшифровка подписи

«УТВЕРЖДЕНО»  
Руководитель АНО «НКО «Общественное питание»

Шевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»  
Руководитель общеобразовательной организации

М УРЫГИНА Ю. В.

Ежедневное меню  
основного (организованного) питания \*\*

Возраст: 12 лет

Категория: 5-11 классы

Дата: 14.11.2024 Циклическое меню: Неделя: 2 День: 4

КОМПЛЕКС № 1

\*\* основной 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	Овощи в нарезке (помидор свежий)	100	1,17	0,17	3,83	21	54-30-2022	13,26	17,24
	Омлет с картофелем (запеченный)	200	17,60	21,20	15,00	378	145-2004	54,00	81,00
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,30		6,70	28	54-30-2022	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 (ирис)	25	0,85	1,95	23,30	120	Пром.	9,48	12,32
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>575</b>	<b>23,22</b>	<b>24,12</b>	<b>72,83</b>	<b>661</b>		<b>83,95</b>	<b>119,90</b>
Обед	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	1,31	3,25	6,46	60	45-2017	6,27	9,40
	Рыба запеченная "Фиш-ка" (минтай)	100	11,44	14,30	4,17	238	ТК № 0/6	39,98	59,97
	Картофель отварной с зеленью	180	3,66	5,93	28,98	218	634-2022	21,13	31,69
	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>96,59</b>	<b>138,45</b>
<b>ВСЕГО :</b>	<b>1 315</b>	<b>45,03</b>	<b>49</b>	<b>171,44</b>	<b>1 447</b>		<b>180,54</b>	<b>258,35</b>	

Заведующий производством

должность

подпись

дистанционная подпись

«УТВЕРЖЕНО»  
Руководитель АНО «Школьное питание»

Печенко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

МУРЫГИНА Ю. В.



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

Возраст: 7-12 лет

Категория: 5-11 классы

Дата: 14.11.2024 Циклическое меню: Неделя: 2 День: 4

\*\* оценочный карбофен

**КОМПЛЕКС № 2**

Прим. 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	54-3н-2022	13,26	17,24
	Омлет натуральный	210	16,75	19,21	19,54	316	ТК	54,27	81,40
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,30		6,70	28	54-3н-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 (ирис)	25	0,85	1,95	23,30	120	Пром.	9,48	12,32
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>585</b>	<b>22,37</b>	<b>22,13</b>	<b>77,37</b>	<b>599</b>		<b>84,22</b>	<b>120,30</b>
Обед	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	1,31	3,25	6,46	60	45-2017	6,27	9,40
	Финболы в томатном соусе (100/20)	120	9,25	8,05	4,76	134	№ТК-13	37,24	55,84
	Картофель фри	200	2,11	9,00	36,11	247	№648-22	23,98	35,98
	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>18,07</b>	<b>21,7</b>	<b>106,33</b>	<b>711</b>		<b>96,70</b>	<b>138,61</b>
<b>ВСЕГО :</b>	<b>1365</b>	<b>40,44</b>	<b>43,83</b>	<b>183,7</b>	<b>1310</b>		<b>180,92</b>	<b>258,91</b>	

Заведующий производством  
подпись

подпись

расшифровка подписи

«УТВЕРЖДЕНО»  
Руководитель ШКОЛ «Школьное питание»



Шевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

МУРЫГИНА Ю. В.



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

Возраст: 12 и старше

Категория: 5-11 классы

Дата: 14.11.2024 Циклическое меню: Неделя: 2 День: 4

\*\* отеческий картофель

**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	54-35-2022	13,26	17,24
	Омлет с картофелем (запеченный)	200	17,60	21,20	15,00	378	345-2004	54,00	81,00
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,30		6,70	28	54-311-2022	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 (прис)	25	0,85	1,95	23,30	120	Пром.	9,48	12,32
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>575</b>	<b>23,22</b>	<b>24,12</b>	<b>72,83</b>	<b>661</b>		<b>83,95</b>	<b>119,90</b>
Обед	Салат из белокачанной капусты с морковью	100	1,31	3,25	6,46	60	45-2017	6,27	9,40
	Суп картофельный с мясными фрикадельками (250/25)	275	9,34	6,72	20,41	182	137-2004	30,55	45,83
	Рыба запеченная "Фиш-ка" (минтай)	100	11,44	14,30	4,17	238	ТК № 016	39,98	59,97
	Картофель отварной с зеленью	180	3,66	5,93	28,98	218	614-2022	21,13	31,69
	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>1015</b>	<b>31,15</b>	<b>31,6</b>	<b>119,02</b>	<b>968</b>		<b>127,14</b>	<b>184,28</b>	
Полдник	Расстегай с мясом	75	9,43	8,04	22,48	267	119	21,65	32,47
	Чай с молоком	200	1,60	1,10	8,70	51	54-411-2022	4,93	7,40
	Фрукты свежие (мандарин)	100	0,80	0,20	7,50	38	Пром.4	14,50	18,85
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>375</b>	<b>11,83</b>	<b>9,34</b>	<b>38,68</b>	<b>356</b>		<b>41,08</b>	<b>58,72</b>
<b>ВСЕГО :</b>	<b>1965</b>	<b>66,2</b>	<b>65,06</b>	<b>230,53</b>	<b>1985</b>		<b>252,17</b>	<b>362,90</b>	

Заведующий производством  
должность

подпись

расшифровка подписи

«УТВЕРЖДЕНО»  
Руководитель АНО "Школьное питание"

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

Шевченко М. С.

ДИРЕКТОР  
МУРЫГИНА Ю. В.

Ежедневное меню  
основного (организованного) питания \*\*

Возраст: 12 и старше

Категория: 5-11 классы

Дата: 14.11.2024 Циклическое меню: Неделя: 2 День: 4

\*\* исключитель картофель

КОМПЛЕКС № 2

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	Овощи в нарезке (помидор свежий)	100	1,17	0,17	3,83	21	54-3г-2022	13,26	17,24
	Омлет натуральный	210	16,75	19,21	19,54	316	ТК	54,27	81,40
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,30		6,70	28	54-3г-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 (ирис)	25	0,85	1,95	23,30	120	Пром.	9,48	12,32
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>585</b>	<b>22,37</b>	<b>22,13</b>	<b>77,37</b>	<b>599</b>		<b>84,22</b>	<b>120,30</b>
Обед	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	1,31	3,25	6,46	60	45-2017	6,27	9,40
	Суп картофельный с мясными фрикадельками (250/25)	275	9,34	6,72	20,41	182	117-2004	30,55	45,83
	Фишболы в томатном соусе (100/20)	120	9,25	8,05	4,76	134	№ТК-13	37,24	55,84
	Картофель фри	200	2,11	9,00	36,11	247	№648-22	23,98	35,98
	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>27,41</b>	<b>28,42</b>	<b>126,74</b>	<b>893</b>		<b>127,25</b>	<b>184,44</b>
Полдник	Расстегай с мясом	75	9,43	8,04	22,48	267	П/9	21,65	32,47
	Чай с молоком	200	1,60	1,10	8,70	51	54-4г-2022	4,93	7,40
	Фрукты свежие (мандарин)	100	0,80	0,20	7,50	38	Пром.4	14,50	18,85
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>375</b>	<b>11,83</b>	<b>9,34</b>	<b>38,68</b>	<b>356</b>		<b>41,08</b>	<b>58,72</b>
<b>ВСЕГО :</b>		<b>2 015</b>	<b>61,61</b>	<b>59,89</b>	<b>242,79</b>	<b>1 848</b>		<b>252,55</b>	<b>363,46</b>

Заведующий производством  
подпись

подпись

расшифровка подписи