

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"

Шевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

И.о. Руководитель общеобразовательной организации МБОУ СОШ № 14

Овчинникова О.В.

Ежедневное меню  
основного (организованного) питания

Возраст: 7-14 лет

Категория: 1-4 кв. в.т.ч. ОБЗ, дети-инвалиды

Дата: 17.10.2024 Циклическое 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	Овощи в нарезке (помидор свежий)	60	0,70	0,10	2,30	13	54-3з-2022	7,96	10,35
	Птица с рисом и овощами	150	10,29	15,84	19,06	327	ТК № 3/8	42,63	63,94
	Компот из кураги	180	0,90	0,09	14,12	60	54-2хн-2022	7,42	11,13
	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	7,40	9,62
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>540</b>	<b>15,59</b>	<b>17,23</b>	<b>69,28</b>	<b>561</b>		<b>70,30</b>	<b>100,90</b>
Обед	Салат из белокочанной капусты с морковью	65	0,85	2,11	4,20	39	45-2017	4,07	6,12
	Борщ Кубанский с фасолью	200	4,56	3,44	17,60	116	ТК № 0/11	11,63	17,41
	Рыба, запеченная с картофелем по-русски	240	12,66	16,54	27,41	321	449-22	46,25	69,37
	Чай с сахаром	180	0,18		5,85	24	54-2гн-2022	1,07	1,60
	Хлеб пшеничный	50	3,50	1,00	25,00	120	Пром.7	4,61	5,53
	Хлеб ржаной	30	1,80	0,30	13,50	63	Пром.6	3,18	3,82
	Фрукты свежие (Нектарины)	100	1,10	0,30	8,90	44	Пром.	14,50	18,85
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>865</b>	<b>24,65</b>	<b>23,69</b>	<b>102,46</b>	<b>727</b>		<b>85,31</b>	<b>122,70</b>
Полдник	Котлета куриная, запеченная в тесте	75	7,24	7,81	24,88	184	ТК П/5	17,74	26,45
	Чай с молоком	200	1,60	1,10	8,70	51	54-4гн-2022	4,93	7,40
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.3	7,40	9,62
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>375</b>	<b>9,24</b>	<b>9,31</b>	<b>43,38</b>	<b>282</b>		<b>30,07</b>	<b>43,47</b>
<b>ВСЕГО :</b>		<b>1 780</b>	<b>49,48</b>	<b>50,23</b>	<b>215,12</b>	<b>1 570</b>		<b>185,68</b>	<b>267,07</b>

Заведующий производством

должность

*(подпись)*

подпись

*Овчинникова О.В.*

расшифровка подписи

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"

Шевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

И.О. Руководитель общеобразовательной организации МБОУ СОШ № 14

Свищникова О. В.

Ежедневное меню  
основного (организованного) питания

Возраст: 12 и старше

Категория: ОВЗ, дети-инвалиды, дети из многодетных семей, дети участников СВО, дети погибших

Дата: 17.10.2024 Цикличное 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	Овощи в нарезке (помидор свежий)	100	1,17	0,17	3,83	21	54-3з-2022	13,26	17,24
	Птица с рисом и овощами	200	13,72	21,12	25,41	436	ТК № 3/8	56,89	85,32
	Компот из кураги	200	1,00	0,10	15,69	67	54-2хн-2022	8,24	12,38
	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	7,40	9,62
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>650</b>	<b>19,59</b>	<b>22,59</b>	<b>78,73</b>	<b>685</b>		<b>90,68</b>	<b>130,42</b>
Обед	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	1,31	3,25	6,46	60	45-2017	6,27	9,40
	Борщ Кубанский с фасолью	250	5,70	4,30	22,00	145	ТК № 0/11	15,60	23,42
	Рыба, запеченная с картофелем по-русски	280	14,77	19,30	31,98	374	449-22	53,97	80,94
	Чай с сахаром	200	0,20		6,50	27	54-2гн-2022	1,19	1,79
	Хлеб пшеничный	50	3,50	1,00	25,00	120	Пром.7	4,61	5,53
	Хлеб ржаной	30	1,80	0,30	13,50	63	Пром.6	3,18	3,82
	Фрукты свежие (Нектарины)	100	1,10	0,30	8,90	44	Пром.	14,50	18,85
<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>1 010</b>	<b>28,38</b>	<b>28,45</b>	<b>114,34</b>	<b>833</b>		<b>99,32</b>	<b>143,75</b>	
Полдник	Котлета куриная, запеченная в тесте	100	9,65	10,41	33,17	245	ТК № П/5	23,66	35,24
	Чай с молоком	200	1,60	1,10	8,70	51	54-4гн-2022	4,93	7,40
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.3	7,40	9,62
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>400</b>	<b>11,65</b>	<b>11,91</b>	<b>51,67</b>	<b>343</b>		<b>35,99</b>	<b>52,26</b>
<b>ВСЕГО :</b>		<b>2 060</b>	<b>59,62</b>	<b>62,95</b>	<b>244,74</b>	<b>1 861</b>		<b>225,99</b>	<b>326,43</b>

Заведующий производством  
должность

подпись

расшифровка подписи

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"

Шевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

И.О. Руководитель пищевого подразделения образовательной организации *Литов соул - 14*

*Воронникова С.В.*

**Ежедневное меню  
основного (организованного) питания**

Возраст: 12 и старше

Категория: ОВЗ, дети-инвалиды, дети из многодетных семей, дети участников СВО, дети погибших

Дата: 17.10.2024 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	Овощи в нарезке (помидор свежий)	100	1,17	0,17	3,83	21	54-3з-2022	13,26	17,24
	Плов из птицы	210	16,18	18,21	39,62	402	ТК	55,92	83,88
	Компот из кураги	200	1,00	0,10	15,69	67	54-2хн-2022	8,24	12,38
	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	7,40	9,62
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>660</b>	<b>22,05</b>	<b>19,68</b>	<b>92,94</b>	<b>651</b>		<b>89,71</b>	<b>128,98</b>
Обед	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	1,31	3,25	6,46	60	45-2017	6,27	9,40
	Борщ Кубанский с фасолью	250	5,70	4,30	22,00	145	ТК № 0/11	15,60	23,42
	Рыба, тушенная с овощами	110	10,52	9,35	4,75	140	461-22	33,64	50,45
	Картофель отварной с зеленью	180	3,66	9,65	28,98	218	634-2022	21,13	31,69
	Чай с сахаром	200	0,20		6,50	27	54-2гн-2022	1,19	1,79
	Хлеб пшеничный	50	3,50	1,00	25,00	120	Пром.7	4,61	5,53
	Хлеб ржаной	30	1,80	0,30	13,50	63	Пром.6	3,18	3,82
	Фрукты свежие (Нектарины)	100	1,10	0,30	8,90	44	Пром.	14,50	18,85
<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>1 020</b>	<b>27,79</b>	<b>28,15</b>	<b>116,09</b>	<b>817</b>		<b>100,12</b>	<b>144,95</b>	
Полдник	Котлета куриная, запеченная в тесте	100	9,65	10,41	33,17	245	ТК № П/5	23,66	35,24
	Чай с молоком	200	1,60	1,10	8,70	51	54-4гн-2022	4,93	7,40
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.3	7,40	9,62
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>400</b>	<b>11,65</b>	<b>11,91</b>	<b>51,67</b>	<b>343</b>		<b>35,99</b>	<b>52,26</b>
<b>ВСЕГО :</b>		<b>2 080</b>	<b>61,49</b>	<b>59,74</b>	<b>260,7</b>	<b>1 811</b>		<b>225,82</b>	<b>326,19</b>

Заведующий производством  
должность

*[Подпись]*  
подпись

*[Подпись]*  
расшифровка подписи

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"

Шевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

Ивченко А. В.

Ежедневное меню  
основного (организованного) питания

Возраст: 12 и старше

Категория: 5-11 кл.

Дата: 17.10.2024 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	Овощи в нарезке (помидор свежий)	100	1,17	0,17	3,83	21	54-3з-2022	13,26	17,24
	Птица с рисом и овощами	200	13,72	21,12	25,41	436	ТК № 3/8	56,89	85,32
	Компот из кураги	200	1,00	0,10	15,69	67	54-2хн-2022	8,24	12,38
	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	7,40	9,62
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>650</b>	<b>19,59</b>	<b>22,59</b>	<b>78,73</b>	<b>685</b>		<b>90,68</b>	<b>130,42</b>
Обед	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	1,31	3,25	6,46	60	45-2017	6,27	9,40
	Рыба, запеченная с картофелем по-русски	280	14,77	19,30	31,98	374	449-22	53,97	80,94
	Чай с сахаром	200	0,20		6,50	27	54-2гн-2022	1,19	1,79
	Хлеб пшеничный	50	3,50	1,00	25,00	120	Пром.7	4,61	5,53
	Хлеб ржаной	30	1,80	0,30	13,50	63	Пром.6	3,18	3,82
	Фрукты свежие (Нектарины)	100	1,10	0,30	8,90	44	Пром.	14,50	18,85
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>760</b>	<b>22,68</b>	<b>24,15</b>	<b>92,34</b>	<b>688</b>		<b>83,72</b>	<b>120,33</b>
<b>ВСЕГО :</b>	<b>1 410</b>	<b>42,27</b>	<b>46,74</b>	<b>171,07</b>	<b>1 373</b>		<b>174,40</b>	<b>250,75</b>	

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи

«УТВЕРЖДЕНО»  
Руководитель АНО "Школьное питание"

Шевченко М. С.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации МБОУ СОШ № 14

Ивченко А.В.

**Ежедневное меню  
основного (организованного) питания**

Возраст: 12 и старше

Категория: 5-11 кл.

Дата: 17.10.2024 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	Овощи в нарезке (помидор свежий)	100	1,17	0,17	3,83	21	54-3з-2022	13,26	17,24
	Плов из птицы	210	16,18	18,21	39,62	402	ТК	55,92	83,88
	Компот из кураги	200	1,00	0,10	15,69	67	54-2хн-2022	8,24	12,38
	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	7,40	9,62
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>660</b>	<b>22,05</b>	<b>19,68</b>	<b>92,94</b>	<b>651</b>		<b>89,71</b>	<b>128,98</b>
Обед	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	1,31	3,25	6,46	60	45-2017	6,27	9,40
	Рыба, тушеная с овощами	110	10,52	9,35	4,75	140	461-22	33,64	50,45
	Картофель отварной с зеленью	180	3,66	9,65	28,98	218	634-2022	21,13	31,69
	Чай с сахаром	200	0,20		6,50	27	54-2гн-2022	1,19	1,79
	Хлеб пшеничный	50	3,50	1,00	25,00	120	Пром.7	4,61	5,53
	Хлеб ржаной	30	1,80	0,30	13,50	63	Пром.6	3,18	3,82
	Фрукты свежие (Нектарины)	100	1,10	0,30	8,90	44	Пром.	14,50	18,85
<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>770</b>	<b>22,09</b>	<b>23,85</b>	<b>94,09</b>	<b>672</b>		<b>84,52</b>	<b>121,53</b>	
<b>ВСЕГО :</b>	<b>1 430</b>	<b>44,14</b>	<b>43,53</b>	<b>187,03</b>	<b>1 323</b>		<b>174,23</b>	<b>250,51</b>	

Заведующий производством  
должность

подпись

расшифровка подписи