

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"

/Краснодедов В. А.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

Директор МАУ

Коновалова Т. М.

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

Возраст: 12 и старше

Категория: 5-11 классы

Дата: 24.05.2025 Циклическое меню: Неделя: 1 День: 6

\*\* очищенный 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        | Салат витаминный                     | 100              | 1,57                    | 6,30         | 4,41          | 81                            | ТК №82 Н    | 10,01                             | 13,67               |
|                | Птица с гречкой и овощами из духовки | 210              | 15,13                   | 14,84        | 47,32         | 503                           | ТК О/19     | 64,85                             | 97,29               |
|                | Чай с сахаром и лимоном              | 200              | 0,30                    |              | 6,70          | 28                            | 54-3гн-2022 | 2,49                              | 3,73                |
|                | 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>660</b>       | <b>20,7</b>             | <b>22,34</b> | <b>92,23</b>  | <b>773</b>                    |             | <b>90,67</b>                      | <b>131,50</b>       |
| Обед           | Огурцы соленные                      | 100              | 0,85                    | 0,18         | 2,30          | 16                            | 70-17       | 13,97                             | 18,16               |
|                | Борщ с капустой и картофелем         | 250              | 2,00                    | 5,20         | 13,10         | 106                           | №110-2004   | 13,14                             | 19,72               |
|                | Биточки (говядина)                   | 110              | 17,49                   | 15,84        | 17,60         | 287                           | 451-2004    | 67,36                             | 100,44              |
|                | Каша пшеничная рассыпчатая           | 180              | 8,42                    | 6,00         | 30,12         | 203                           | ТК          | 13,27                             | 19,90               |
|                | Кисель из смеси фруктов св/м         | 200              | 0,19                    | 0,09         | 26,05         | 106                           | № 350-17    | 7,07                              | 10,60               |
|                | Хлеб пшеничный                       | 45               | 3,15                    | 0,90         | 22,50         | 108                           | Пром.       | 4,36                              | 5,23                |
|                | Хлеб ржаной                          | 20               | 1,20                    | 0,20         | 9,00          | 42                            | Пром.2      | 2,22                              | 2,67                |
|                | Кондитерские изделия (вафли)         | 15               | 0,32                    | 2,66         | 5,69          | 48                            | Пром.       | 4,43                              | 5,76                |
|                | <b>Итого за рацион питания :</b>     | <b>920</b>       | <b>33,62</b>            | <b>31,07</b> | <b>126,36</b> | <b>916</b>                    |             | <b>125,82</b>                     | <b>182,48</b>       |
| Полдник        | Булочка ванильная                    | 70               | 5,37                    | 5,89         | 33,48         | 207                           | П/7         | 5,68                              | 8,51                |
|                | Кофейный напиток с молоком           | 200              | 3,16                    | 2,68         | 15,95         | 101                           | 379-2017    | 13,92                             | 20,88               |
|                | 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>8,77</b>  | <b>57,53</b>  | <b>351</b>                    |             | <b>37,20</b>                      | <b>52,27</b>        |
| <b>ВСЕГО :</b> |                                      | <b>1 950</b>     | <b>63,75</b>            | <b>62,18</b> | <b>276,12</b> | <b>2 040</b>                  |             | <b>253,69</b>                     | <b>366,25</b>       |

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи