

«УТВЕРЖДЕНО»  
Руководитель АНО «Школьное питание»



Краснододов В. А.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

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

Возраст: 7 лет  
Категория: 1-4 классы

Дата: 21.04.2025 Циклическое меню: Неделя: 1 День: 1

\* очищенные овощи

| 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        | Яйцо вареное                                  | 40               | 4,80                    | 4,00         | 0,30          | 56                            | 54-60-2022  | 10,00                             | 15,00               |
|                | Каша вязкая молочная из риса и пшена с маслом | 150              | 4,34                    | 7,99         | 23,91         | 186                           | 175-2017    | 12,50                             | 18,75               |
|                | Кофейный напиток с молоком                    | 200              | 3,16                    | 2,68         | 15,95         | 101                           | 379-2017    | 13,92                             | 20,88               |
|                | 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>540</b>       | <b>16,5</b>             | <b>15,67</b> | <b>72,26</b>  | <b>500</b>                    |             | <b>59,14</b>                      | <b>83,66</b>        |
| Обед           | Овощи в нарезке (помидор свежий)              | 60               | 0,70                    | 0,10         | 2,30          | 13                            | 54-33-2022  | 12,55                             | 16,32               |
|                | Борщ Кубанский с фасолью                      | 200              | 3,12                    | 3,44         | 12,80         | 94                            | ТК № 0/11   | 15,21                             | 22,82               |
|                | Наггетсы куриные                              | 90               | 4,92                    | 6,84         | 28,64         | 211                           | ТК № О/1    | 53,19                             | 79,76               |
|                | Макароны отварные с сыром                     | 150              | 10,15                   | 11,94        | 25,58         | 251                           | 204-17      | 33,97                             | 50,96               |
|                | Компот из клубники                            | 200              | 0,30                    | 0,10         | 10,30         | 43                            | бхн-22      | 12,09                             | 18,13               |
|                | 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                |
|                | Фрукты свежие (мандарин)                      | 100              | 0,80                    | 0,20         | 7,50          | 38                            | Пром.4      | 17,00                             | 22,10               |
|                | <b>Итого за рацион питания :</b>              | <b>860</b>       | <b>23,99</b>            | <b>23,62</b> | <b>116,12</b> | <b>788</b>                    |             | <b>150,10</b>                     | <b>217,41</b>       |
| Полдник        | Булочка домашняя                              | 60               | 3,77                    | 7,51         | 18,07         | 167                           | ТК № П/6    | 5,18                              | 7,75                |
|                | Йогурт                                        | 180              | 6,12                    | 4,50         | 9,90          | 105                           | Пром.16     | 37,91                             | 49,28               |
|                | Фрукты свежие (апельсин)                      | 100              | 0,90                    | 0,20         | 8,10          | 43                            | Пром.11     | 17,60                             | 22,88               |
|                | <b>Итого за рацион питания :</b>              | <b>340</b>       | <b>10,79</b>            | <b>12,21</b> | <b>36,07</b>  | <b>315</b>                    |             | <b>60,69</b>                      | <b>79,91</b>        |
| <b>ВСЕГО :</b> |                                               | <b>1 740</b>     | <b>51,28</b>            | <b>51,5</b>  | <b>224,45</b> | <b>1 603</b>                  |             | <b>269,93</b>                     | <b>380,98</b>       |

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО «Школьное питание»

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

Краснододов В. А.



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

Возраст: 12 и старше

Категория: 5-11 классы

Дата: 21.04.2025 Циклическое меню: Неделя: 1 День: 1

\* очищенные овощи

| 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        | Сыр твердых сортов в нарезке                  | 15               | 3,48                    | 4,43         |               | 54                            | 15-2017     | 13,43                             | 20,15               |
|                | Яйцо вареное                                  | 40               | 4,80                    | 4,00         | 0,30          | 56                            | 54-60-2022  | 10,00                             | 15,00               |
|                | Каша вязкая молочная из риса и пшена с маслом | 200              | 5,78                    | 10,65        | 31,88         | 248                           | 175-2017    | 16,66                             | 24,99               |
|                | Кофейный напиток с молоком                    | 200              | 3,16                    | 2,68         | 15,95         | 101                           | 379-2017    | 13,92                             | 20,88               |
|                | 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>605</b>       | <b>20,92</b>            | <b>22,96</b> | <b>81,93</b>  | <b>620</b>                    |             | <b>67,33</b>                      | <b>97,83</b>        |
| Обед           | Овощи в нарезке (помидор свежий)              | 100              | 1,17                    | 0,17         | 3,83          | 21                            | 54-3з-2022  | 20,92                             | 27,19               |
|                | Борщ Кубанский с фасолью                      | 250              | 3,90                    | 4,30         | 16,00         | 118                           | ТК № 0/11   | 20,29                             | 30,44               |
|                | Наггетсы куриные                              | 100              | 5,47                    | 7,55         | 31,82         | 233                           | ТК № 0/1    | 59,09                             | 88,62               |
|                | Макароны отварные с сыром                     | 180              | 12,18                   | 14,33        | 30,70         | 301                           | 204-17      | 40,77                             | 61,14               |
|                | Компот из клубники                            | 200              | 0,30                    | 0,10         | 10,30         | 43                            | 6хн-22      | 12,09                             | 18,13               |
|                | 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                |
|                | Фрукты свежие (яблоко)                        | 100              | 0,40                    | 0,40         | 9,80          | 47                            | Пром.3      | 8,20                              | 10,66               |
|                | <b>Итого за рацион питания :</b>              | <b>990</b>       | <b>27,42</b>            | <b>27,85</b> | <b>131,45</b> | <b>901</b>                    |             | <b>167,45</b>                     | <b>243,50</b>       |
| Полдник        | Булочка домашняя                              | 80               | 5,16                    | 5,44         | 37,70         | 223                           | ТК № П/12   | 6,89                              | 10,34               |
|                | Йогурт                                        | 200              | 6,80                    | 5,00         | 11,00         | 117                           | Пром.       | 42,12                             | 54,76               |
|                | Фрукты свежие (апельсин)                      | 100              | 0,90                    | 0,20         | 8,10          | 43                            | Пром.11     | 17,60                             | 22,88               |
|                | <b>Итого за рацион питания :</b>              | <b>380</b>       | <b>12,86</b>            | <b>10,64</b> | <b>56,8</b>   | <b>383</b>                    |             | <b>66,61</b>                      | <b>87,98</b>        |
| <b>ВСЕГО :</b> |                                               | <b>1 975</b>     | <b>61,2</b>             | <b>61,45</b> | <b>270,18</b> | <b>1 904</b>                  |             | <b>301,39</b>                     | <b>429,31</b>       |

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи