



Руководитель АНО "Школьное питание"
Краснодеедов В. А.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

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

Возраст: 12 и старше

Категория: 5-11 классы

Дата: 12.12.2024 Циклическое меню: Неделя: 2 День: 4

** обязательный вариант

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	Овощи в нарезке (помидор свежий)	100	1,17	0,17	3,83	21	54-3з-2022	17,35	22,55
	Омлет с картофелем (запеченный)	200	17,60	21,20	15,00	378	345-2004	58,59	87,88
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,30		6,70	28	54-3гн-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 (пряники)	25	0,55	0,41	6,82	130	Пром.	8,90	11,57
	Итого за рацион питания :	575	22,92	22,58	56,35	671		92,05	131,34
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	30,63	45,94
	Рыба запеченная "Фиш-ка" (минтай)	100	11,44	14,30	4,17	238	ТК № 076	40,29	60,44
	Картофель отварной с зеленью	180	3,66	5,93	28,98	218	634-2022	22,22	33,32
	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
Итого за рацион питания :	1 015	31,15	31,6	119,02	968		128,62	186,49	
Полдник	Расстегай с мясом	75	9,43	8,04	22,48	267	П/9	21,66	32,48
	Чай с молоком	200	1,60	1,10	8,70	51	54-4гн-2022	4,93	7,40
	Фрукты свежие (апельсин)	100	0,90	0,20	8,10	43	Пром.11	16,00	20,80
	Итого за рацион питания :	375	11,93	9,34	39,28	361		42,59	60,68
ВСЕГО :		1 965	66	63,52	214,65	2 000		263,26	378,51

Заведующий производством

Дир. Кобеев

С.И.

Подпись

Александрова СВ

руководитель питания

