

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"



«Школьное питание»  
Ежедневное меню  
основного (организованного) питания\*\*

Руководитель образовательной организации

Семин В. А.



Возраст: 12 и старше

Категория: 5-11 классы

Дата: 06.12.2024 Циклическое меню: Неделя: 1 День: 5

КОМПЛЕКС № 1

\*\* очищенный картофель

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 (огурец свежий)	100	0,83	0,17	2,50	14	54-23-2022	19,38	25,19
	Гратен из картофеля с рыбой	200	15,00	17,03	18,92	408	№ 3/8 Нов	84,78	127,18
	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	119	382-2017	12,04	18,04
	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>23,61</b>	<b>21,94</b>	<b>72,8</b>	<b>702</b>		<b>128,49</b>	<b>185,89</b>
Обед	Закуска из моркови	100	0,90	8,20	4,80	189	Пром.	14,70	19,11
	Рассольник "Ленинградский"	250	2,01	5,09	11,98	108	96-2017	8,52	12,37
	Котлета "Школьная"	100	14,00	11,10	12,10	232	№347-2018	45,56	67,90
	Каша пшеничная рассыпчатая	180	7,58	5,40	46,62	265	302-2017	9,83	14,75
	Компот из клубники и яблок	180	0,20	0,12	8,66	37	5хн-22	6,37	9,22
	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	
<b>Итого за рацион питания :</b>		<b>870</b>	<b>28,69</b>	<b>30,91</b>	<b>113,16</b>	<b>969</b>		<b>90,79</b>	<b>130,32</b>
Полдник	Сдоба обыкновенная	80	6,17	4,84	31,27	209	П/8	4,66	6,98
	Ряженка	200	5,87	5,07	8,40	102	Пром.	27,81	36,15
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.3	7,40	9,62
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>380</b>	<b>12,44</b>	<b>10,31</b>	<b>49,47</b>	<b>358</b>		<b>39,87</b>	<b>52,75</b>
<b>ВСЕГО :</b>		<b>1 900</b>	<b>64,74</b>	<b>63,16</b>	<b>235,43</b>	<b>2 029</b>		<b>259,15</b>	<b>368,96</b>

Заведующий производством

должность

подпись

Тамбов ОА  
расшифровка подписи

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"



Красноделов В. А.

Руководитель образовательной организации

Семин В. А.



Ежедневное меню  
основного (организованного) питания\*\*

Возраст: 12 и старше

Категория: 5-11 классы

Дата: 06.12.2024 Циклическое меню: Неделя: 1 День: 5

КОМПЛЕКС № 2

\*\* очищенный картофель

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 (огурец свежий)	100	0,83	0,17	2,50	14	54-23-2022	19,38	25,19
	Вок с рыбой и овощами	240	13,80	18,00	40,26	401	№Тк №6	84,07	126,09
	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	119	382-2017	12,04	18,04
	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>690</b>	<b>22,41</b>	<b>22,91</b>	<b>94,14</b>	<b>695</b>		<b>127,78</b>	<b>184,80</b>
Обед	Закуска из моркови	100	0,90	8,20	4,80	189	Пром.	14,70	19,11
	Рассольник "Ленинградский"	250	2,01	5,09	11,98	108	96-2017	8,52	12,37
	Филе птицы, тушенное в сметанном соусе	100	13,58	10,83	25,00	260	ТК № О/2	41,02	61,52
	Макаронные отварные	180	6,48	5,88	39,36	236	54-1г-2022	13,22	19,82
	Компот из клубники и яблок	180	0,20	0,12	8,66	37	5хн-22	6,37	9,22
	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	
<b>Итого за рацион питания :</b>		<b>870</b>	<b>27,17</b>	<b>31,12</b>	<b>118,8</b>	<b>968</b>		<b>89,64</b>	<b>129,01</b>
Полдник	Сдоба обыкновенная	80	6,17	4,84	31,27	209	П/8	4,66	6,98
	Ряженка	200	5,87	5,07	8,40	102	Пром.	27,81	36,15
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.3	7,40	9,62
	<b>Итого за рацион питания :</b>	<b>380</b>	<b>12,44</b>	<b>10,31</b>	<b>49,47</b>	<b>358</b>		<b>39,87</b>	<b>52,75</b>
<b>ВСЕГО :</b>		<b>1 940</b>	<b>62,02</b>	<b>64,34</b>	<b>262,41</b>	<b>2 021</b>		<b>257,29</b>	<b>366,56</b>

Заведующий производством

должность

подпись

Тамбов ОА  
расшифровка подписи

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель Школьного питания  
Ирина Александровна Расходова В. А.

«Школьное питание»

Ежедневное меню  
основного (организованного) питания \*\*

Возраст: 7-11 лет

Категория: 1-4 классы

Дата: 06.12.2024 Циклическое меню: Неделя: 1 День: 5

\*\* отварной картофель

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	Цена продукта в наборе в рублях	Цена всего в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы				
Завтрак	Овощи в нарезке (огурец свежий)	70	0,58	0,12	1,75	10	54-23-2022	13,57	17,64
	Гратен из картофеля с рыбой	150	11,25	12,77	14,19	306	ТК № 38 Нов	63,58	95,38
	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107	382-2017	10,83	16,24
	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>550</b>	<b>19,2</b>	<b>17,28</b>	<b>65,56</b>	<b>584</b>		<b>100,27</b>	<b>144,74</b>
Обед	Закуска из моркови	60	0,54	4,92	2,88	114	Пром.	8,82	11,47
	Рассольник "Ленинградский"	200	1,61	4,07	9,58	86	96-2017	6,82	9,90
	Котлета "Школьная"	90	12,60	9,99	10,89	209	№347-2018	41,02	61,14
	Каша пшеничная рассыпчатая	150	6,32	4,50	38,85	221	302-2017	8,20	12,30
	Компот из клубники и яблок	180	0,20	0,12	8,66	37	5хл-22	6,37	9,22
	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
<b>Итого за рацион питания :</b>		<b>740</b>	<b>25,27</b>	<b>24,6</b>	<b>99,86</b>	<b>805</b>		<b>77,04</b>	<b>111,00</b>
Полдник	Сдоба обыкновенная	60	4,63	3,63	23,45	157	ТК № П/8	3,51	5,24
	Ряженка	180	5,28	4,56	7,56	92	Пром.	25,03	32,54
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.3	7,40	9,62
	<b>Итого за рацион питания :</b>		<b>340</b>	<b>10,31</b>	<b>8,59</b>	<b>40,81</b>	<b>296</b>		<b>35,94</b>
<b>ВСЕГО :</b>		<b>1 630</b>	<b>54,78</b>	<b>50,47</b>	<b>206,23</b>	<b>1 685</b>		<b>213,25</b>	<b>303,14</b>

Заведующий производством  
должность

подпись

Ирина Александровна Расходова  
расшифровка подписи

СТОЛОВАЯ МАОУ ГИМНАЗИИ №69

Автономная некоммерческая организация

«ШКОЛЬНОЕ ПИТАНИЕ»



СТОЛОВАЯ МАОУ ГИМНАЗИИ №69

Автономная некоммерческая организация  
«ШКОЛЬНОЕ ПИТАНИЕ»



СТОЛОВАЯ МАОУ ГИМНАЗИИ №69

Автономная некоммерческая организация  
«ШКОЛЬНОЕ ПИТАНИЕ»



СТОЛОВАЯ МАОУ ГИМНАЗИИ №69

Автономная некоммерческая организация  
«ШКОЛЬНОЕ ПИТАНИЕ»

