

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО «Школьное питание»

Краснощедов В. А.

Руководитель образовательной организации

«СОГЛАСОВАНО»

Смирнова С.Ю.

ГИМНАЗИЯ № 69

Ежедневное меню
основного (организованного) питания **

Возраст: 12 и старше

Категория: 5-11 классы

Дата: 28.11.2024 Циклическое меню: Неделя: 2 День: 4

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 (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	54,00	81,00
	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		87,46	124,46
Обед	Салат из белокочанной 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	30,55	45,83
	Рыба запеченная "Фиш-ка" (минтай)	100	11,44	14,30	4,17	238	ТК № 0/6	39,98	59,97
	Картофель отварной с зеленью	180	3,66	5,93	28,98	218	634-2022	21,13	31,69
	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		127,14	184,28
	Полдник	Расстегай с мясом	75	9,43	8,04	22,48	267	П/9	21,65
Чай с молоком		200	1,60	1,10	8,70	51	54-4гн-2022	4,93	7,40
Фрукты свежие (мандарин)		100	0,80	0,20	7,50	38	Пром.4	14,50	18,85
Итого за рацион питания :		375	11,83	9,34	38,68	356		41,08	58,72
ВСЕГО :	1 965	65,9	63,52	214,05	1 995		255,68	367,46	

Заведующий производством
должность

подпись

Кашов О.С.
расшифровка подписи

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО «Школьное питание»

Краснощедов В. А.

Руководитель образовательной организации

«СОГЛАСОВАНО»

Смирнова С.Ю.

ГИМНАЗИЯ № 69

Ежедневное меню
основного (организованного) питания **

Возраст: 12 и старше

Категория: 5-11 классы

Дата: 28.11.2024 Циклическое меню: Неделя: 2 День: 4

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 (помидор свежий)	100	1,17	0,17	3,83	21	54-3з-2022	17,35	22,55
	Омлет натуральный	210	16,75	19,21	24,54	358	ТК	54,27	81,40
	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 :	585	22,07	20,59	65,89	651		87,73	124,86
Обед	Салат из белокочанной 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	30,55	45,83
	Фишболы в томатном соусе (100/20)	120	13,25	11,05	6,40	208	МТК/13	37,24	55,84
	Картофель фри	200	2,11	9,00	36,11	247	№648-22	23,98	35,98
	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 :	1 055	31,41	31,42	128,38	967		127,25	184,44
	Полдник	Расстегай с мясом	75	9,43	8,04	22,48	267	П/9	21,65
Чай с молоком		200	1,60	1,10	8,70	51	54-4гн-2022	4,93	7,40
Фрукты свежие (мандарин)		100	0,80	0,20	7,50	38	Пром.4	14,50	18,85
Итого за рацион питания :	375	11,83	9,34	38,68	356		41,08	58,72	
ВСЕГО :	2 015	65,31	61,35	232,95	1 974		256,06	368,02	

Заведующий производством
должность

подпись

Кашов О.С.
расшифровка подписи



«УТВЕРЖДЕНО»
 Руководитель АНО «Школьное питание»
 Неклименко В. А.
 Красноделов В. А.



«СОБЛАСОВАН»
 Руководитель образовательной организации
 Соловьев С. С.

**Ежедневное меню
 основного (организованного) питания**

Возраст: 7-11 лет
 Категория: 1-4 классы
 Дата: 28.11.2024 Циклическое меню: Неделя: 2 День: 4
 ** очищенный картофель

Прим. пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептур	Цена продукта в рубль	Цена всего в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы				
Завтрак	Овощи в нарезке (помидор свежий)	75	0,88	0,13	2,88	16	54-33-2022	13,01	16,91
	Омлет с картофелем (запеченный)	150	13,20	15,90	11,25	284	345-2004	40,51	60,77
	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 :		500	18,23	17,24	51,65	572		69,63	98,59
Обед	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	0,78	1,94	3,87	36	45-2017	3,76	5,64
	Суп картофельный с мясными фрикадельками (200/25)	225	7,64	5,50	16,70	149	137-2004	28,50	42,76
	Рыба запеченная "Фиш-ка" (минтай)	90	10,30	12,87	3,75	214	ТК № 0/6	35,94	53,91
	Картофель отварной с зеленью	150	3,05	4,94	24,15	182	634-2022	17,61	26,42
	Сок натуральный	180	0,90		18,18	76	Пром.	14,40	18,72
	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 :		865	27,07	26,65	105,45	842		113,42	164,04
Полдник	Расстегай с мясом	75	9,43	8,04	22,48	267	П/9	21,65	32,47
	Чай с молоком	180	1,44	0,99	7,83	46	54-4гн-2022	4,43	6,65
	Фрукты свежие (мандарин)	100	0,80	0,20	7,50	38	Пром.4	14,50	18,85
Итого за рацион питания :		355	11,67	9,23	37,81	381		40,58	57,97
ВСЕГО :		1 720	56,97	53,12	194,91	1 765		223,63	326,60

Заведующий производством
 должность

[Signature]
 подпись

[Signature]
 расшифровка подписи





СТОЛОВАЯ МАОУ ГИМНАЗИИ №69

Автономная некоммерческая организация
«...НОЕ ПИТАНИЕ»

