



«УТВЕРЖДЕНО»  
 Руководитель АНО «Школьное питание»  
 Краснододов В. А.

«СОГЛАСОВАНО»  
 Руководитель общеобразовательной организации  
*Семшова С. Р.*

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

Возраст: 12 и старше

Категория: 5-11 классы

Дата: 29.11.2024 Циклическое меню: Неделя: 2 День: 5

**КОМПЛЕКС № 2**

\*\* очищенный картофель

| Прим пищи      | Наименование блюда               | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |               |               | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры   | Цена продукта в рубльях | Цена всего в рубльях |
|----------------|----------------------------------|------------------|-------------------------|---------------|---------------|-------------------------------|---------------|-------------------------|----------------------|
|                |                                  |                  | Белки                   | Жиры          | Углеводы      |                               |               |                         |                      |
| Завтрак        | Закуска из моркови               | 100              | 0,90                    | 8,20          | 4,80          | 189                           | Пром.         | 14,70                   | 19,11                |
|                | Азу из говядины с картофелем     | 220              | 16,03                   | 14,45         | 38,00         | 347                           | ТК            | 60,76                   | 90,41                |
|                | Чай с сахаром                    | 180              | 0,18                    |               | 5,85          | 24                            | 54-2гн-2022   | 1,07                    | 1,60                 |
|                | 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>20,81</b>            | <b>23,85</b>  | <b>82,45</b>  | <b>721</b>                    |               | <b>88,82</b>            | <b>126,60</b>        |
| Обед           | Кукуруза сахарная                | 100              | 2,00                    | 0,33          | 10,17         | 52                            | 54-21з-2022   | 32,49                   | 42,23                |
|                | Рассольник "Южный"               | 250              | 3,00                    | 8,25          | 20,10         | 135                           | ТК № О/15     | 8,18                    | 11,85                |
|                | Бризоль                          | 120              | 18,26                   | 12,19         | 12,83         | 328                           | №559-22       | 64,65                   | 96,97                |
|                | Рис припущенный с овощами        | 200              | 3,91                    | 8,55          | 25,44         | 194                           | ТК № О/11     | 25,17                   | 34,74                |
|                | Напиток "Ассорти" (клубника)     | 200              | 0,23                    | 0,11          | 15,67         | 65                            | ТК № О/8      | 9,12                    | 13,68                |
|                | 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>930</b>       | <b>31,4</b>             | <b>30,43</b>  | <b>113,21</b> | <b>912</b>                    |               | <b>145,42</b>           | <b>206,44</b>        |
| Полдник        | Булочка домашняя                 | 80               | 6,16                    | 5,44          | 40,70         | 223                           | ТК № П/6      | 6,25                    | 9,38                 |
|                | Йогурт                           | 200              | 6,80                    | 5,00          | 11,00         | 117                           | Пром.         | 32,97                   | 42,86                |
|                | 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>13,36</b>            | <b>10,84</b>  | <b>61,5</b>   | <b>387</b>                    |               | <b>46,62</b>            | <b>61,86</b>         |
| <b>ВСЕГО :</b> | <b>1 960</b>                     | <b>65,57</b>     | <b>65,12</b>            | <b>257,16</b> | <b>2 020</b>  |                               | <b>280,86</b> | <b>394,90</b>           |                      |

Заведующий производством  
 должность

*[Подпись]*  
 подпись

*Мамов О.С.*  
 расшифровка подписи



«УТВЕРЖДЕНО»  
 Руководитель АНО «Школьное питание»  
 Краснододов В. А.

«СОГЛАСОВАНО»  
 Руководитель общеобразовательной организации  
*Семшова С. Р.*

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

Возраст: 7-11 лет

Категория: 1-4 классы

Дата: 29.11.2024 Циклическое меню: Неделя: 2 День: 5

\*\* очищенный картофель

| Прим пищи      | Наименование блюда               | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |               |               | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры   | Цена продукта в рубльях | Цена всего в рубльях |
|----------------|----------------------------------|------------------|-------------------------|---------------|---------------|-------------------------------|---------------|-------------------------|----------------------|
|                |                                  |                  | Белки                   | Жиры          | Углеводы      |                               |               |                         |                      |
| Завтрак        | Закуска из моркови               | 60               | 0,54                    | 4,92          | 2,88          | 114                           | Пром.         | 8,82                    | 11,47                |
|                | Плов из говядины                 | 150              | 11,48                   | 11,03         | 28,95         | 261                           | 54-11м-22     | 45,06                   | 67,59                |
|                | Чай с сахаром                    | 180              | 0,18                    |               | 5,85          | 24                            | 54-2гн-2022   | 1,07                    | 1,60                 |
|                | 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>540</b>       | <b>15,9</b>             | <b>17,15</b>  | <b>71,48</b>  | <b>560</b>                    |               | <b>67,24</b>            | <b>96,14</b>         |
| Обед           | Кукуруза сахарная                | 60               | 1,20                    | 0,20          | 6,10          | 31                            | 54-21з-2022   | 19,50                   | 25,35                |
|                | Рассольник "Южный"               | 200              | 2,40                    | 6,60          | 16,08         | 108                           | ТК № О/15     | 6,54                    | 9,49                 |
|                | Наггетсы куриные                 | 90               | 4,92                    | 6,84          | 28,64         | 211                           | ТК № О/1      | 53,40                   | 80,10                |
|                | Макароны отварные с сыром        | 150              | 10,15                   | 11,94         | 25,58         | 251                           | 204-17        | 27,39                   | 41,09                |
|                | Напиток "Ассорти" (клубника)     | 180              | 0,21                    | 0,10          | 14,11         | 58                            | ТК № О/8      | 8,21                    | 12,30                |
|                | 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>22,88</b>            | <b>26,68</b>  | <b>119,51</b> | <b>797</b>                    |               | <b>120,85</b>           | <b>175,30</b>        |
| Полдник        | Булочка домашняя                 | 60               | 3,77                    | 7,51          | 18,07         | 167                           | ТК № П/6      | 4,69                    | 7,02                 |
|                | Йогурт                           | 180              | 6,12                    | 4,50          | 9,90          | 105                           | Пром.16       | 29,68                   | 38,58                |
|                | 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>10,29</b>            | <b>12,41</b>  | <b>37,77</b>  | <b>319</b>                    |               | <b>41,77</b>            | <b>55,22</b>         |
| <b>ВСЕГО :</b> | <b>1 620</b>                     | <b>49,07</b>     | <b>56,24</b>            | <b>228,76</b> | <b>1 676</b>  |                               | <b>229,86</b> | <b>326,66</b>           |                      |

Заведующий производством  
 должность

*[Подпись]*  
 подпись

*Мамов О.С.*  
 расшифровка подписи



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

«СОГЛАСОВАНО»  
 Руководитель общеобразовательной организации  
*Сенникова Е.В.*

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

Возраст: 12 и старше  
 Категория: 5-11 классы

Дата: 29.11.2024 Циклическое меню: Неделя: 2 День: 5

**КОМПЛЕКС № 1**

| Прием пищи                       | Наименование блюда           | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |              |               | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептур  | Цена продукта в рублях | Цена всего в рублях |
|----------------------------------|------------------------------|------------------|-------------------------|--------------|---------------|-------------------------------|-------------|------------------------|---------------------|
|                                  |                              |                  | Белки                   | Жиры         | Углеводы      |                               |             |                        |                     |
| Завтрак                          | Закуска из моркови           | 100              | 0,90                    | 8,20         | 4,80          | 189                           | Пром.       | 14,70                  | 19,11               |
|                                  | Плов из говядины             | 200              | 15,30                   | 14,70        | 38,60         | 348                           | 54-11м-22   | 60,07                  | 90,12               |
|                                  | Чай с сахаром                | 180              | 0,18                    |              | 5,85          | 24                            | 54-2гн-2022 | 1,07                   | 1,60                |
|                                  | 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>630</b>       | <b>20,08</b>            | <b>24,1</b>  | <b>83,05</b>  | <b>722</b>                    |             | <b>88,13</b>           | <b>126,31</b>       |
| Обед                             | Кукуруза сахарная            | 100              | 2,00                    | 0,33         | 10,17         | 52                            | 54-21з-2022 | 32,49                  | 42,23               |
|                                  | Рассольник "Южный"           | 250              | 3,00                    | 8,25         | 20,10         | 135                           | ТК № О/15   | 8,18                   | 11,85               |
|                                  | Наггетсы куриные             | 100              | 5,47                    | 7,55         | 31,82         | 234                           | ТК № О/1    | 59,33                  | 88,99               |
|                                  | Макаронные отварные с сыром  | 180              | 12,18                   | 14,33        | 30,70         | 301                           | 204-17      | 32,87                  | 49,31               |
|                                  | Напиток "Ассорти" (клубника) | 200              | 0,23                    | 0,11         | 15,67         | 65                            | ТК № О/8    | 9,12                   | 13,68               |
|                                  | 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>890</b>       | <b>26,88</b>            | <b>31,57</b> | <b>137,46</b> | <b>925</b>                    |             | <b>147,80</b>          | <b>213,03</b>       |
| Полдник                          | Булочка домашняя             | 80               | 6,16                    | 5,44         | 40,70         | 223                           | ТК № П/6    | 6,25                   | 9,38                |
|                                  | Йогурт                       | 200              | 6,80                    | 5,00         | 11,00         | 117                           | Пром.       | 32,97                  | 42,86               |
|                                  | 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>13,36</b>            | <b>10,84</b> | <b>61,5</b>   | <b>387</b>                    |             | <b>46,62</b>           | <b>61,86</b>        |
| <b>ВСЕГО :</b>                   |                              | <b>1 900</b>     | <b>60,32</b>            | <b>66,51</b> | <b>282,01</b> | <b>2 034</b>                  |             | <b>282,55</b>          | <b>401,20</b>       |

Заведующий производством  
 должность

*[Подпись]*  
 подпись

*Тимова О.В.*  
 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»**

