



ООО Комбинат Школьного Питания «Русь»
г. Краснодар, ул. Трудовой Славы, 36, тел. 237-49-02
Режим работы: с 9-00 до 16-00

«УТВЕРЖДЕНО»

Ген. Директор ООО КШП «Русь»

Кантура Г. Ю.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

Смирнова С.В. ФИО

Ежедневное меню

основного (организованного) питания

11.05.2023

Гимназия №69

Возрастная категория питающихся: 7-11 лет

Неделя по цикличному меню: I неделя

День по цикличному меню: четверг

I смена Горячее питание 7-11 лет

Приемы пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	Цена в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Помидоры свежие	90	0,83	0,15	2,85	16,5	ТК	22,08
	Вок "Курица с рисом и овощами" (75/75)	150	8,4	15,45	28,05	215	ТК	56,48
	Кисель из плодов	200	0,89	0,06	32,75	154,6	ТК	10,25
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	ТК	9,49
	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,6	15	71,7	ТК	2,41
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,2	0,2	9	42	ТК	1,86
	Итого за завтрак:	590	13,82	16,86	97,45	546,80		102,57

II смена Горячее питание 7-11 лет

Приемы пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	Цена в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы			
Обед	Салат из свежих огурцов с маслом растительным, зеленью	60	0,26	3,03	0,86	31,8	ТТК	12,10
	Борщ сибирский	200	3,12	3,44	12,8	94,4	111-04	13,82
	Омлет с овощами и маслом сливочным (170/10)	180	18,2	26,8	5,2	318,17	ТК	64,12
	Кофейный напиток	200	3,17	2,78	15,95	100,5	ТК	20,40
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	ТК	9,49
	Хлеб пшеничный	50	3,5	1	25	119,5	ТК	4,02
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,8	0,3	13,5	63	ТК	2,79
	Итого за обед:	820	30,45	37,75	83,11	774,37		126,74

Зав. Производством

Смирнова С.В.



ООО Комбинат Школьного Питания «Русь»
г. Краснодар, ул. Трудовой Славы, 36, тел. 237-49-02
Режим работы: с 9-00 до 16-00

«УТВЕРЖДЕНО»

Ген. Директор ООО КШП «Русь»

Кантура Г. Ю.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

Смирнова С.В. ФИО

Ежедневное меню

основного (организованного) питания

11.05.2023

Гимназия №69

Возрастная категория питающихся: с 12 лет и старше

Неделя по цикличному меню: I неделя

День по цикличному меню: четверг

Комплексы свободного выбора для старшеклассников С 12 лет и старше

Приемы пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	Цена в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы			
Комплекс	Огурцы свежие	140	0,812	0,112	2,212	14	ТК	26,16
	Отбивная из филе ЦБ	90	39,42	19,03	3,41	180	ТК	54,08
	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	180	5,74	5,33	37,06	292,5	302-17	18,27
	Кисель из плодов	200	0,89	0,06	32,75	154,6	ТК	10,25
	Печенье с какао в пром/упаковке (1 шт.)	20	1,2	3,6	13,8	92	ТК	7,76
	Хлеб пшеничный	58	4,2	1,2	30	143,4	ТК	4,69
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,8	0,3	13,5	63	ТК	2,79
	Итого:	718	54,062	29,632	132,732	939,5		124,00

Приемы пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	Цена в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы			
Комплекс	Салат из свежих помидоров с маслом растительным, зеленью	100	1	6,2	3,6	74	ТТК	26,16
	Плов из говядины (50/150)	200	21,6	21,2	37,73	350	443-04, ТК	74,45
	Кисель из плодов	200	0,89	0,06	32,75	154,6	ТК	10,25
	Печенье с какао в пром/упаковке (1 шт.)	20	1,2	3,6	13,8	92	ТК	7,76
	Хлеб пшеничный	32	2,1	0,6	15	71,7	ТК	2,59
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,8	0,3	13,5	63	ТК	2,79
Итого:	582	28,59	31,96	116,38	805,3		124,00	

Приемы пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	Цена в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы			
Комплекс	Огурцы свежие	140	0,812	0,112	2,212	14	ТК	26,16
	Вок "Курица с рисом и овощами" (100/100)	200	11,2	20,6	37,4	286,7	ТК	74,28
	Кисель из плодов	200	0,89	0,06	32,75	154,6	ТК	10,25
	Печенье с какао в пром/упаковке (1 шт.)	20	1,2	3,6	13,8	92	ТК	7,76
	Хлеб пшеничный	34	2,45	0,7	17,5	83,65	ТК	2,76
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,8	0,3	13,5	63	ТК	2,79
	Итого:	624	18,352	25,372	117,162	693,95		124,00

Зав. Производством

Смирнова С.В.