



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»

Канура Г. Ю.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

Сенцова С.Ф. ФИО

Ежедневное меню основного (организованного) питания

12.05.2023

Гимназия №69

Возрастная категория питающихся: 7-11 лет

Неделя по цикличному меню: I неделя

День по цикличному меню: пятница

I смена Горячее питание 7-11 лет

Прим. пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	Цена в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Огурцы свежие/горошек зеленый консервированный (50/50)	100	1,89	0,14	4,09	25	ТК	25,81
	Рыба, запеченная (филе трески) с маслом сливочным (90/5)	95	18,17	11,51	4,12	228,9	ТК	86,06
	Пюре картофельное	160	3,41	5,55	21,12	148,69	54-11r-20, ТК	20,58
	Сок натуральный пром/производства	180	0,9	0	18,18	76,32	389-07, ТК	14,85
	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:	585	27,67	18,00	71,51	592,61		151,57

II смена Горячее питание 7-11 лет

Прим. пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	Цена в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы			
Обед	Сыр порционно (твердых сортов)	20	4,64	5,9	0	72	015-17	17,33
	Суп картофельный с крупой рисовой	200	1,68	2,24	15,28	114,4	138-04	11,03
	Запеканка из творога с сухофруктами со сметаной (150/5)	155	7,25	6,61	97,67	403,15	ТК	81,53
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0	10,2	42	ТК	4,38
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	ТК	9,49
	Хлеб пшеничный	40	2,8	0,8	20	95,6	ТК	3,22
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,2	0,2	9	42	ТК	1,86
	Итого за обед:	735	18,1	16,15	161,95	816,15		128,84

Зав. Производством

Машов О.И.



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»

Канура Г. Ю.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

Сенцова С.Ф. ФИО

Ежедневное меню основного (организованного) питания

Возрастная категория питающихся: с 12 лет и старше

Неделя по цикличному меню: I неделя

День по цикличному меню: пятница

12.05.2023

Гимназия №69

Комплексы свободного выбора для старшеклассников с 12 лет и старше

Прим. пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	Цена в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы			
1	Салат из пекинской капусты с зеленым горошком, маслом растительным, зеленью	130	3,25	9,36	4,37	115,2	ТТК	27,85
	Птица тушеная с овощами (бедро) (100/25)	125	20,55	14,37	7,34	240,8	ТТК	50,53
	Пюре картофельное	180	3,84	6,24	23,76	167,3	54-11r-20, ТК	23,15
	Сок натуральный пром/производства	200	1	0	20,2	84,8	389-07, ТК	16,50
	Хлеб пшеничный	39	2,8	0,8	20	95,6	ТК	3,18
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,8	0,3	13,5	63	ТК	2,79
	Итого:	704	33,24	31,07	89,17	766,67		124,00

Прим. пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	Цена в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы			
2	Помидоры свежие	120	1,1	0,2	3,8	22	ТК	27,85
	Шницель из мяса птицы с сыром, зеленью	100	44,2	20,87	22,07	275	ТТК	61,91
	Каша пшеничная рассыпчатая с маслом сливочным	180	3,96	1,44	25,68	133,20	149	11,35
	Сок натуральный пром/производства	200	1	0	20,2	84,8	389-07, ТК	16,50
	Хлеб пшеничный	45	3,15	0,90	22,50	107,55	ТК	3,60
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,8	0,3	13,5	63	ТК	2,79
	Итого:	675	55,21	23,71	107,75	685,55		124,00

Прим. пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	Цена в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы			
3	Помидоры свежие	120	1,1	0,2	3,8	22	ТК	27,85
	Рыба (филе трески) запеченная в томате с овощами (50/50)	100	10,25	5,35	4,80	109	366	49,00
	Пюре картофельное	180	3,84	6,24	23,76	167,3	54-11r-20, ТК	23,15
	Сок натуральный пром/производства	200	1	0	20,2	84,8	389-07, ТК	16,50
	Хлеб пшеничный	58	4,2	1,2	30	143,4	ТК	4,71
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,8	0,3	13,5	63	ТК	2,79
	Итого:	688	22,19	13,29	96,06	589,48		124,00

Зав. Производством

Машов О.И.