



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»

Качура Г. Ю.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

Сенерева С.Ф. ФИО

Ежедневное меню основного (организованного) питания

Возрастная категория питающихся: 7-11 лет

Неделя по цикличному меню: II неделя

День по цикличному меню: понедельник

15.05.2023

Гимназия №69

I смена Горячее питание 7-11 лет

Прим. повар	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	Цена в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы			
З а в т р а к	Помидоры свежие/горошек зеленый консервированный (50/50)	100	2,06	0,19	4,9	29,17	ТК	28,87
	Омлет натуральный с маслом сливочным (140/10)	150	13,94	24,83	2,64	289,66	210-17	52,44
	Кефир	180	5,22	4,5	7,2	90	386-17, ТК	17,28
	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:	580	24,92	30,72	48,54	569,53		112,35

II смена Горячее питание 7-11 лет

Прим. повар	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	Цена в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы			
О б е д	Кукуруза консервированная	60	1,8	2,28	3,18	40,2	ТТК	24,50
	Суп картофельный с клецками	200	2,85	3,67	14,83	115,4	108-17	10,96
	Шницель говяжий	100	15	22	13,02	278,67	268-17	54,89
	Пюре картофельное	150	3,2	5,2	19,8	138,78	54-11г-20, ТК	19,30
	Сок натуральный пром./производства	200	1	0	20,2	84,8	389-07, ТК	16,50
	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:	890	29,55	34,85	119,33	887,35		142,45

Зав. Производством

Меню 04.



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»

Кацура Г. Ю.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

Сенерева С.Ф. ФИО

Ежедневное меню

основного (организованного) питания

15.05.2023

Возрастная категория питающихся: с 12 лет и старше

Неделя по цикличному меню: II неделя

День по цикличному меню: понедельник

Гимназия №69

Комплексы свободного выбора для старшеклассников С 12 лет и старше

Прим. повар	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	Цена в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы			
1 к о м п л е к с	Салат из молодой капусты с зеленым горошком, маслом растительным, зеленью	100	1,5	5,06	9,03	86	ТТК	21,32
	Птица запеченная (бедро ЦВ)	90	31,58	5,03	2,25	129,6	ТТК	47,01
	Пюре картофельное	180	3,84	6,24	23,76	167,3	54-11г-20, ТК	23,15
	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,56	118,9	382-17	12,91
	Блинчик с джемом (47/20)	67	2,59	1,38	18,35	96,00	ТК	15,81
	Хлеб пшеничный	24	1,75	0,50	12,50	59,75	ТК	1,94
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,2	0,2	9	42	ТК	1,86
Итого:	681	46,54	21,95	92,45	699,52		124,00	

Прим. повар	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	Цена в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы			
2 к о м п л е к с	Помидоры свежие	90	0,83	0,15	2,85	16,5	ТК	21,32
	Омлет натуральный с маслом сливочным (190/10)	200	18,89	31,11	3,54	369,5	210-17	67,52
	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,56	118,9	382-17	12,91
	Блинчик с джемом (47/20)	67	2,59	1,38	18,35	96,00	ТК	15,81
	Хлеб пшеничный	45	3,15	0,90	22,50	107,55	ТК	3,65
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,8	0,3	13,5	63	ТК	2,79
	Итого:	632	31,34	37,38	78,3	771,48		124,00

Прим. повар	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	Цена в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы			
3 к о м п л е к с	Помидоры свежие	90	0,83	0,15	2,85	16,5	ТК	21,32
	Шницель говяжий	80	12	17,6	10,42	222,94	268-17	43,91
	Картофель отварной	180	3,6	9,18	28,62	217,8	518-04	22,79
	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,56	118,9	382-17	12,91
	Блинчик с джемом (47/20)	67	2,59	1,38	18,35	96,00	ТК	15,81
	Хлеб пшеничный	56	3,85	1,10	27,50	131,45	ТК	4,47
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,8	0,3	13,5	63	ТК	2,79
	Итого:	703	28,75	33,25	118,8	866,58		124,00

Зав. Производством

Меню 04.