

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



Ген. Директор МАОУ ГИМНАЗИЯ № 69  
ФИО

## Ежедневное меню основного (организованного) питания

17.05.2023

Гимназия №69

Возрастная категория питающихся: 7-11 лет

Неделя по цикличному меню: II неделя

День по цикличному меню: среда

### 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	Котлета рыбная (филе минтая)	100	14,8	13,9	11,8	164	234-17, ТК	37,29
	Картофель отварной	150	3	7,65	23,85	181,5	518-04	19,25
	Сок натуральный пром/производства	180	0,9	0	18,18	76,32	389-17, ТК	14,85
	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
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>580</b>	<b>22,40</b>	<b>22,75</b>	<b>87,63</b>	<b>582,52</b>		<b>85,15</b>

### 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	Огурцы свежие	60	0,35	0,05	0,95	6	ТК	10,98
	Суп с макаронными изделиями	200	1,91	4,06	10,4	96,8	147-04	8,50
	Филе птицы, тушенное в сметанном соусе (70/25)	95	14,69	5,57	3,1	219,5	ТК	49,91
	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	150	4,79	4,44	30,89	243,75	302-17	15,22
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,07	0,02	10	42	ТК	4,38
	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
	<b>Итого за обед:</b>	<b>785</b>	<b>27,11</b>	<b>15,44</b>	<b>93,84</b>	<b>790,55</b>		<b>95,80</b>

Зав. Производством

*Мешков 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»

Качура Г. Ю.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

*Семин С.В.*



## Ежедневное меню

основного (организованного) питания

17.05.2023

Гимназия №69

Возрастная категория питающихся: с 12 лет и старше

Неделя по цикличному меню: II неделя

День по цикличному меню: среда

### 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	Помидоры свежие	110	1,02	0,18	3,48	20,16	ТК	27,54
	Поджарка из филе ЦБ (60/15)	75	15,70	9,75	3,5	201,50	209-03	44,98
	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	180	5,74	5,33	37,06	292,5	302-17	18,27
	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	55	3,85	1,10	27,50	131,45	ТК	4,43
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,8	0,3	13,5	63	ТК	2,79
	<b>Итого:</b>	<b>750</b>	<b>29,51</b>	<b>17,06</b>	<b>115,04</b>	<b>840,41</b>		<b>124,00</b>

Прим. пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	Цена в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы			
2	Огурцы свежие	150	0,87	0,12	2,37	15	ТК	27,54
	Птица запеченная (голень ЦБ)	100	35,09	5,59	2,50	144	ТТК	53,25
	Макаронные отварные с маслом сливочным	180	6,84	6,96	41,28	236,40	520	10,45
	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	49	3,5	1	25	119,5	ТК	3,98
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,8	0,3	13,5	63	ТК	2,79
	<b>Итого:</b>	<b>809</b>	<b>49,5</b>	<b>14,37</b>	<b>114,65</b>	<b>709,7</b>		<b>124,00</b>

Прим. пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	Цена в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы			
3	Горошек зеленый консервированный	80	2,48	0,16	5,2	32	ТТК	27,54
	Котлета рыбная (филе минтая) с маслом сливочным (100/5)	105	14,8	13,9	11,8	164	234-17, ТК	42,30
	Картофель отварной	180	3,6	9,18	28,62	217,8	518-04	22,79
	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	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
	<b>Итого:</b>	<b>727</b>	<b>26,18</b>	<b>24,54</b>	<b>104,12</b>	<b>680,3</b>		<b>124,00</b>

Зав. Производством

*Мешков О.И.*