



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

«УТВЕРЖДЕНО»

Ген. Директор ООО КШП «Русь»

Качура Г. Ю.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

Венгелес С.Р.



**Ежедневное меню
основного (организованного) питания**

21.04.2023

Гимназия №69

Возрастная категория питающихся: 7-11 лет

Неделя по цикличному меню: II 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	80	0,46	0,06	1,26	8	ТК	22,03
	Гратен из печени	90	15,99	10,15	6,71	206	ТК	40,70
	Макаронные отварные с овощами	150	5,17	5,99	28,52	188,4	205-17	6,64
	Сок натуральный пром/производства	180	0,9	0	18,18	76,32	389-17	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:	550	25,82	17,00	78,67	592,42		88,49

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	Салат из соевых бобов с зеленым горошком, маслом растительным, зеленью	60	0,07	7,74	1,44	62,4	ТТК	12,89
	Борщ с капустой и картофелем	200	16,50	4,22	10,41	86,40	110-04	11,29
	Рыба, запеченная (филе трески) с маслом сливочным (90/5)	95	18,17	11,51	4,12	228,9	ТК	86,06
	Картофель отварной с луком	150	3,2	8,4	26,1	181,25	204-04	25,80
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	ТК	9,49
	Сок натуральный пром/производства	200	1	0	20,2	84,8	389-07, ТК	16,50
	Хлеб пшеничный	40	2,8	0,8	20	95,6	ТК	3,22
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,8	0,3	13,5	63	ТК	2,79
	Итого за обед:	875	43,94	33,37	105,57	849,35		168,04

Зав. Производством

Мамов О.И.



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

«УТВЕРЖДЕНО»

Ген. Директор ООО КШП «Русь»

Качура Г. Ю.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

Венгелес С.Р.



Ежедневное меню

21.04.2023

Гимназия №69

Возрастная категория питающихся: с 12 лет и старше

Неделя по цикличному меню: II неделя

День по цикличному меню: пятница

Комплексы свободного выбора для старшеклассников с 12 лет и старше

Прим. пищи	124,00	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	Цена в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы			
1 комплекс	Салат из соевых бобов с зеленым горошком, маслом растительным, зеленью	110	0,92	5,54	2,83	64,9	ТТК	23,63
	Рыба жареная	70	11,20	3,6	2,2	86,1	ТТК	63,72
	Пюре картофельное	130	2,77	4,51	17,16	120,3	54-11-20, ТК	16,72
	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	41	2,8	0,8	20	95,6	ТК	3,27
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,8	0,3	13,5	63	ТК	2,79
	Итого:	681	20,02	15,12	75,66	518,89		124,00

Прим. пищи	124,00	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	Цена в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы			
2 комплекс	Помидоры свежие	90	0,83	0,15	2,85	16,5	ТК	23,63
	Шницель из мяса птицы с сыром, зеленью, маслом сливочным (100/5)	105	44,2	20,87	22,07	275	ТТК	66,62
	Каша пшеничная рассыпчатая с маслом сливочным	180	5,04	6,12	30,24	196,20	149	10,93
	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	65	4,55	1,3	32,5	155,35	ТК	5,23
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,4	0,4	18	84	ТК	3,72
Итого:	780	57,55	29,24	125,66	816,05		124,00	

Прим. пищи	124,00	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	Цена в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы			
3 комплекс	Огурцы свежие	90	0,52	0,08	1,42	9	ТК	23,63
	Гратен из печени	160	28,43	18,05	11,94	327,2	ТК	72,18
	Макаронные отварные с овощами	180	6,2	7,19	34,22	226,1	205-17	7,35
	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	3,25
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,4	0,4	18	84	ТК	3,72
	Итого:	810	40,88	26,92	105,58	830,88		124,00

Зав. Производством

Мамов О.И.