



«УТВЕРЖДЕНО»

Ген. Директор ООО КШП «Русь»

Качура Г. Ю.



ООО Комбинат Школьного Питания «Русь»

г. Краснодар, ул. Трудовой Славы, 36, тел. 231-28-02

Режим работы: с 9-00 до 16-00

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

Сеницына С.П.



Ежедневное меню

основного (организованного) питания

27.04.2023

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

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	Цена в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Огурцы свежие	90	0,52	0,08	1,42	9	ТК	24,84
	Вок "Курица с рисом и овощами" (75/75)	150	8,4	15,45	28,05	215	ТК	56,33
	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	13,51	16,79	96,02	539,30		105,18

II смена Горячее питание 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	Цена в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы			
Обед	Салат из свежих помидоров с маслом растительным, зеленью	60	0,6	3,72	2,16	44,4	ТТК	17,10
	Борщ сибирский	200	3,12	3,44	12,8	94,4	111-04	13,21
	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	30,79	38,44	84,41	786,97		131,13

Зав. Производством

Мамов О.М.



«УТВЕРЖДЕНО»

Ген. Директор ООО КШП «Русь»

Качура Г. Ю.



ООО Комбинат Школьного Питания «Русь»

г. Краснодар, ул. Трудовой Славы, 36, тел. 231-28-02

Режим работы: с 9-00 до 16-00

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

Сеницына С.П.



Ежедневное меню

основного (организованного) питания

27.04.2023

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

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	Цена в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы			
Комплекс	Огурцы свежие	100	0,58	0,08	1,58	10	ТК	27,54
	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 «Трио» в пром/упаковке (1 шт.)	20	1,1	3	13,8	86,6	ТК	6,96
	Хлеб пшеничный	51	3,5	1	25	119,5	ТК	4,11
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,8	0,3	13,5	63	ТК	2,79
	Итого:	671	53,03	28,8	127,1	906,2		124,00

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	Цена в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы			
Комплекс	Помидоры свежие	100	0,92	0,17	3,17	18,33	ТК	27,54
	Плов из говядины (50/150)	200	21,6	21,2	37,73	350	443-04, ТК	74,54
	Кисель из плодов	200	0,89	0,06	32,75	154,6	ТК	10,25
	Печенье «Трио» в пром/упаковке (1 шт.)	20	1,1	3	13,8	86,6	ТК	6,96
	Хлеб пшеничный	35	2,45	0,7	17,5	83,65	ТК	2,85
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,2	0,2	9	42	ТК	1,86
Итого:	575	28,16	25,33	113,95	735,18		124,00	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	Цена в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы			
Комплекс	Огурцы свежие	100	0,58	0,08	1,58	10	ТК	27,54
	Вок "Курица с рисом и овощами" (100/100)	200	11,2	20,6	37,4	286,7	ТК	74,13
	Кисель из плодов	200	0,89	0,06	32,75	154,6	ТК	10,25
	Печенье «Трио» в пром/упаковке (1 шт.)	20	1,1	3	13,8	86,6	ТК	6,96
	Хлеб пшеничный	41	2,8	0,8	20	95,6	ТК	3,26
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,2	0,2	9	42	ТК	1,86
	Итого:	581	17,77	24,74	114,53	675,5		124,00

Зав. Производством

Мамов О.М.