



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.*  
Качура Г. Ю.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

*Сенилова С.В.*  
Сенилова С.В.



## Ежедневное меню основного (организованного) питания

28.04.2023

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. пище	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	Цена в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Помидоры свежие	100	0,92	0,17	3,17	18,33	ТК	27,54
	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	54-11г-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
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>585</b>	<b>26,70</b>	<b>18,03</b>	<b>70,59</b>	<b>585,94</b>		<b>153,30</b>

### II смена Горячее питание 7-11 лет

Прим. пище	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	11,11
	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
	<b>Итого за обед:</b>	<b>735</b>	<b>18,1</b>	<b>16,15</b>	<b>161,95</b>	<b>816,15</b>		<b>128,92</b>

Зав. Производством *Мамов О.А.*



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.*  
Качура Г. Ю.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

*Сенилова С.В.*  
Сенилова С.В.



## Ежедневное меню

основного (организованного) питания

28.04.2023

Гимназия №69

Возрастная категория питающихся: с 12 лет и старше

Неделя по цикличному меню: I неделя

День по цикличному меню: пятница

### Комплексы свободного выбора для старшеклассников С 12 лет и старше

Прим. пище	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	27,54
	Птица тушеная с овощами (бедро) (100/25)	125	20,55	14,37	7,34	240,8	ТТК	50,68
	Пюре картофельное	180	3,84	6,24	23,76	167,3	54-11г-20, ТК	23,15
	Сок натуральный пром/производства	200	1	0	20,2	84,8	389-07, ТК	16,50
	Хлеб пшеничный	41	2,8	0,8	20	95,6	ТК	3,34
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,8	0,3	13,5	63	ТК	2,79
	<b>Итого:</b>	<b>706</b>	<b>33,24</b>	<b>31,07</b>	<b>89,17</b>	<b>766,67</b>		<b>124,00</b>

Прим. пище	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	Цена в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы			
2	Помидоры свежие	100	0,92	0,17	3,17	18,33	ТК	27,54
	Шницель из мяса птицы с сыром, зеленью	100	44,2	20,87	22,07	275	ТТК	62,21
	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	3,61
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,8	0,3	13,5	63	ТК	2,79
	<b>Итого:</b>	<b>655</b>	<b>55,03</b>	<b>23,68</b>	<b>107,12</b>	<b>681,88</b>		<b>124,00</b>

Прим. пище	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры	Цена в рублях
			Белки	Жиры	Углеводы			
3	Помидоры свежие	100	0,92	0,17	3,17	18,33	ТК	27,54
	Рыба (филе трески) запеченная в томате с овощами (50/50)	100	10,25	5,35	4,80	109	366	48,86
	Пюре картофельное	180	3,84	6,24	23,76	167,3	54-11г-20, ТК	23,15
	Сок натуральный пром/производства	200	1	0	20,2	84,8	389-07, ТК	16,50
	Хлеб пшеничный	64	4,55	1,3	32,5	155,35	ТК	5,16
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,8	0,3	13,5	63	ТК	2,79
	<b>Итого:</b>	<b>674</b>	<b>22,36</b>	<b>13,36</b>	<b>97,93</b>	<b>597,76</b>		<b>124,00</b>

Зав. Производством *Мамов О.А.*