

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"



Краснододов В. А.

Руководитель общеобразовательной организации

«СОГЛАСОВАНО»



Директор ОО «Школа № 1»

**Ежедневное меню  
основного (организованного) питания**

Возраст: 12 и старше

Категория: 5-11 классы

Дата: 26.06.22

День: 4

| Прием пищи     | Наименование блюда                          | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |              |               | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры | Цена продукта в руб. в наборе | Цена всего в руб. в наборе |
|----------------|---------------------------------------------|------------------|-------------------------|--------------|---------------|-------------------------------|-------------|-------------------------------|----------------------------|
|                |                                             |                  | Белки                   | Жиры         | Углеводы      |                               |             |                               |                            |
| Завтрак        | Салат из свежих огурцов                     | 100              | 0,75                    | 6,02         | 2,35          | 67                            | 20-2007     | 11,51                         | 15,26                      |
|                | Птица с рисом и овощами                     | 250              | 17,37                   | 39,14        | 34,50         | 536                           | ТК № Д/11   | 75,42                         | 113,13                     |
|                | Чай с сахаром                               | 200              | 0,20                    |              | 6,50          | 27                            | 54-2022     | 1,25                          | 1,87                       |
|                | Хлеб пшеничный                              | 60               | 4,20                    | 1,20         | 30,00         | 143                           | № Пром.7    | 5,81                          | 6,97                       |
|                | Хлеб ржаной                                 | 40               | 2,40                    | 0,40         | 18,00         | 84                            | № Пром.     | 4,45                          | 5,34                       |
|                | Кондитерские изделия (пряники)              | 25               | 0,55                    | 0,41         | 6,28          | 130                           | Пром.       | 9,52                          | 12,38                      |
|                | Фрукты свежие (абрикосы)                    | 100              | 0,90                    | 0,10         | 9,00          | 44                            | Д/6         | 29,50                         | 38,35                      |
|                | <b>Итого за рацион питания :</b>            | <b>775</b>       | <b>26,37</b>            | <b>47,27</b> | <b>106,63</b> | <b>1 031</b>                  |             | <b>137,46</b>                 | <b>193,30</b>              |
| Обед           | Икра кабачковая (собственного производства) | 100              | 1,40                    | 5,40         | 9,00          | 94                            | 77-2004     | 15,88                         | 23,82                      |
|                | Борщ "Школьный" со сметаной (250/10)        | 260              | 3,23                    | 6,81         | 18,65         | 148                           | ТК № Д/13   | 20,92                         | 31,36                      |
|                | Рыба, запеченная с овощами (110/10)         | 120              | 20,40                   | 10,18        | 1,32          | 235                           | ТК № Д/14   | 53,86                         | 80,79                      |
|                | Картофельное пюре                           | 180              | 3,84                    | 6,24         | 23,76         | 167                           | № 11г-22    | 25,44                         | 38,15                      |
|                | Сок натуральный                             | 180              | 0,90                    |              | 18,18         | 76                            | Пром.       | 15,30                         | 19,89                      |
|                | Хлеб пшеничный                              | 60               | 4,20                    | 1,20         | 30,00         | 143                           | № Пром.7    | 5,81                          | 6,97                       |
|                | Хлеб ржаной                                 | 40               | 2,40                    | 0,40         | 18,00         | 84                            | № Пром.     | 4,45                          | 5,34                       |
|                | Фрукты свежие (яблоки)                      | 100              | 0,40                    | 0,40         | 9,80          | 47                            | № Пром.3    | 9,50                          | 12,35                      |
|                | Булочка "Бриошь"                            | 100              | 4,37                    | 7,30         | 35,00         | 223                           | 471-2003    | 20,44                         | 30,66                      |
|                | <b>Итого за рацион питания :</b>            | <b>1 140</b>     | <b>41,14</b>            | <b>37,93</b> | <b>163,71</b> | <b>1 217</b>                  |             | <b>171,60</b>                 | <b>249,33</b>              |
| <b>ВСЕГО :</b> |                                             | <b>1 915</b>     | <b>67,51</b>            | <b>85,2</b>  | <b>270,34</b> | <b>2 248</b>                  |             | <b>309,06</b>                 | <b>442,63</b>              |

Заведующий производством  
должность

подпись

расшифровка подписи



Руководитель АНО «Школьное питание»

Краснодедов В. А.



Руководитель общеобразовательной организации

**Ежедневное меню  
основного (организованного) питания**

Возраст: 7-11 лет

Категория: 1-4 классы

Дата: 26.06.25

День: 4

| Прием пищи     | Наименование блюда                          | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |              |               | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры | Цена продуктового набора в рублях | Цена всего в рублях |
|----------------|---------------------------------------------|------------------|-------------------------|--------------|---------------|-------------------------------|-------------|-----------------------------------|---------------------|
|                |                                             |                  | Белки                   | Жиры         | Углеводы      |                               |             |                                   |                     |
| Завтрак        | Салат из свежих огурцов                     | 60               | 0,45                    | 3,60         | 1,41          | 40                            | 20-2007     | 6,90                              | 9,15                |
|                | Птица с рисом и овощами                     | 200              | 13,50                   | 31,25        | 27,60         | 440                           | ТК № Д/11   | 60,34                             | 90,50               |
|                | Чай с сахаром                               | 200              | 0,20                    |              | 6,50          | 27                            | 54-2022     | 1,25                              | 1,87                |
|                | Хлеб пшеничный                              | 40               | 2,80                    | 0,80         | 20,00         | 96                            | № Пром.     | 3,87                              | 4,65                |
|                | Хлеб ржаной                                 | 30               | 1,80                    | 0,30         | 13,50         | 63                            | № Пром.     | 3,34                              | 4,00                |
|                | Фрукты свежие (абрикосы)                    | 100              | 0,90                    | 0,10         | 9,00          | 44                            | Пром.       | 29,50                             | 38,35               |
|                | Кондитерские изделия (печенье)              | 26               | 2,50                    | 4,00         | 17,28         | 130                           | Д/15        | 9,20                              | 11,96               |
|                | <b>Итого за рацион питания :</b>            | <b>656</b>       | <b>22,15</b>            | <b>40,05</b> | <b>95,29</b>  | <b>840</b>                    |             | <b>114,40</b>                     | <b>160,48</b>       |
| Обед           | Икра кабачковая (собственного производства) | 60               | 0,84                    | 3,24         | 5,40          | 56                            | 77-2004     | 9,50                              | 14,25               |
|                | Борщ "Школьный" со сметаной (200/10)        | 210              | 2,63                    | 5,85         | 14,99         | 123                           | ТК № Д13    | 17,40                             | 26,10               |
|                | Рыба, запеченная с овощами (90/10)          | 100              | 17,00                   | 8,48         | 1,10          | 196                           | ТК № Д/14   | 44,88                             | 67,32               |
|                | Картофельное пюре                           | 150              | 3,15                    | 6,75         | 21,90         | 164                           | 520-2004    | 19,58                             | 29,37               |
|                | Сок натуральный                             | 200              | 1,00                    |              | 20,20         | 85                            | 389-2017    | 17,00                             | 22,10               |
|                | Хлеб пшеничный                              | 55               | 3,85                    | 1,10         | 27,50         | 131                           | № Пром.7    | 5,32                              | 6,39                |
|                | Хлеб ржаной                                 | 35               | 2,10                    | 0,35         | 15,75         | 74                            | № Пром.     | 3,89                              | 4,67                |
|                | Булочка "Бриошь"                            | 75               | 3,28                    | 5,48         | 26,25         | 167                           | 471-2003    | 15,40                             | 23,08               |
|                | <b>Итого за рацион питания :</b>            | <b>885</b>       | <b>33,85</b>            | <b>31,25</b> | <b>133,09</b> | <b>996</b>                    |             | <b>132,97</b>                     | <b>193,28</b>       |
| <b>ВСЕГО :</b> |                                             | <b>1 541</b>     | <b>56</b>               | <b>71,3</b>  | <b>228,38</b> | <b>1 836</b>                  |             | <b>247,37</b>                     | <b>353,76</b>       |

Заведующий производством  
должность

подпись

расшифровка подписи