

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО «Школьное питание»



Краснододов В. А.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации



**Ежедневное меню  
основного (организованного) питания \*\***

Возраст: 12 и старше

Категория: 5-11 классы

Дата: 09.01.2025 Циклическое меню: Неделя: 1 День: 4

**КОМПЛЕКС № 1**

\*\* очищенный картофель

| 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        | Кукуруза сахарная                        | 100              | 2,00                    | 0,33          | 10,17         | 52                            | 54-21з-2022   | 35,74                             | 46,46               |
|                | Омлет с морковью                         | 200              | 14,80                   | 20,00         | 6,90          | 268                           | 54-3о-2022    | 53,18                             | 79,78               |
|                | Сок натуральный                          | 200              | 1,00                    |               | 20,20         | 85                            | Пром.         | 17,00                             | 22,10               |
|                | Хлеб пшеничный                           | 30               | 2,10                    | 0,60          | 15,00         | 72                            | Пром.1        | 2,77                              | 3,32                |
|                | Хлеб ржаной                              | 20               | 1,20                    | 0,20          | 9,00          | 42                            | Пром.2        | 2,12                              | 2,54                |
|                | Фрукты свежие (яблоко)                   | 100              | 0,40                    | 0,40          | 9,80          | 47                            | Пром.3        | 8,20                              | 10,66               |
|                | <b>Итого за рацион питания :</b>         | <b>650</b>       | <b>21,5</b>             | <b>21,53</b>  | <b>71,07</b>  | <b>566</b>                    |               | <b>119,01</b>                     | <b>164,86</b>       |
| Обед           | Салат из белокочанной капусты с морковью | 100              | 1,31                    | 3,25          | 6,46          | 60                            | 45-2017       | 7,13                              | 10,67               |
|                | Биточки (говядина)                       | 100              | 15,90                   | 14,40         | 16,00         | 261                           | 451-2004      | 60,89                             | 90,85               |
|                | Картофельное пюре                        | 180              | 3,84                    | 6,24          | 23,76         | 167                           | 54-11г-2022   | 24,86                             | 37,29               |
|                | Компот из кураги                         | 200              | 1,00                    | 0,10          | 15,69         | 67                            | 54-2хн-2022   | 8,51                              | 12,76               |
|                | Хлеб пшеничный                           | 40               | 2,80                    | 0,80          | 20,00         | 96                            | Пром. 5       | 3,69                              | 4,43                |
|                | Хлеб ржаной                              | 20               | 1,20                    | 0,20          | 9,00          | 42                            | Пром.2        | 2,12                              | 2,54                |
|                | Кондитерские изделия (ирис)              | 25               | 0,85                    | 1,95          | 23,30         | 120                           | Пром.         | 10,43                             | 13,56               |
|                | <b>Итого за рацион питания :</b>         | <b>665</b>       | <b>26,9</b>             | <b>26,94</b>  | <b>114,21</b> | <b>813</b>                    |               | <b>117,63</b>                     | <b>172,10</b>       |
| <b>ВСЕГО :</b> | <b>1 315</b>                             | <b>48,4</b>      | <b>48,47</b>            | <b>185,28</b> | <b>1 379</b>  |                               | <b>236,64</b> | <b>336,96</b>                     |                     |

Заведующий производством

должность

подпись

расшифровка подписи



«УТВЕРЖДЕНО»  
Руководитель АНО «Школьное питание»



Краснододов В. А.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации



ДИРЕКТОР  
МБОУ ГИМНАЗИЯ 88  
СМОЛОНСКАЯ. М.В.

**Ежедневное меню  
основного (организованного) питания \*\***

Возраст: 12 и старше

Категория: 5-11 классы

Дата: 09.01.2025 Циклическое меню: Неделя: 1 День: 4

**КОМПЛЕКС № 2**

\*\* очищенный картофель

| 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        | Кукуруза сахарная                        | 100              | 2,00                    | 0,33          | 10,17         | 52                            | 54-213-2022   | 35,74                             | 46,46               |
|                | Омлет с овощами                          | 200              | 15,24                   | 18,14         | 9,63          | 263                           | №Тк/Г1        | 53,05                             | 79,05               |
|                | Сок натуральный                          | 200              | 1,00                    |               | 20,20         | 85                            | Пром.         | 17,00                             | 22,10               |
|                | Хлеб пшеничный                           | 30               | 2,10                    | 0,60          | 15,00         | 72                            | Пром.1        | 2,77                              | 3,32                |
|                | Хлеб ржаной                              | 20               | 1,20                    | 0,20          | 9,00          | 42                            | Пром.2        | 2,12                              | 2,54                |
|                | Фрукты свежие (яблоко)                   | 100              | 0,40                    | 0,40          | 9,80          | 47                            | Пром.3        | 8,20                              | 10,66               |
|                | <b>Итого за рацион питания :</b>         | <b>650</b>       | <b>21,94</b>            | <b>19,67</b>  | <b>73,8</b>   | <b>561</b>                    |               | <b>118,88</b>                     | <b>164,13</b>       |
| Обед           | Салат из белокочанной капусты с морковью | 100              | 1,31                    | 3,25          | 6,46          | 60                            | 45-2017       | 7,13                              | 10,67               |
|                | Говядина в кисло-сладком соусе           | 120              | 14,60                   | 14,30         | 9,86          | 195                           | №Тк 12        | 60,07                             | 90,10               |
|                | Рис припущенный                          | 200              | 4,67                    | 6,40          | 29,75         | 224                           | №Тк 13        | 18,14                             | 27,21               |
|                | Компот из кураги                         | 200              | 1,00                    | 0,10          | 15,69         | 67                            | 54-2хн-2022   | 8,51                              | 12,76               |
|                | Хлеб пшеничный                           | 40               | 2,80                    | 0,80          | 20,00         | 96                            | Пром. 5       | 3,69                              | 4,43                |
|                | Хлеб ржаной                              | 20               | 1,20                    | 0,20          | 9,00          | 42                            | Пром.2        | 2,12                              | 2,54                |
|                | Кондитерские изделия (ирис)              | 25               | 0,85                    | 1,95          | 23,30         | 120                           | Пром.         | 10,43                             | 13,56               |
|                | <b>Итого за рацион питания :</b>         | <b>705</b>       | <b>26,43</b>            | <b>27</b>     | <b>114,06</b> | <b>804</b>                    |               | <b>110,09</b>                     | <b>161,27</b>       |
| <b>ВСЕГО :</b> | <b>1 355</b>                             | <b>48,37</b>     | <b>46,67</b>            | <b>187,86</b> | <b>1 365</b>  |                               | <b>228,97</b> | <b>325,40</b>                     |                     |

Заведующий производством  
должность

подпись

расшифровка подписи



«УТВЕРЖДЕНО»  
Руководитель АНО «Школьное питание»



Краснопелов В. А.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации



ДИРЕКТОР  
МБОУ ГИМНАЗИЯ № 88  
СМОЛОНСКАЯ. М.В.

**Ежедневное меню  
основного (организованного) питания \*\***

Возраст: 12 и старше

Категория: 5-11 классы

Дата: 10.01.2025 Циклическое меню: Неделя: 1 День: 5

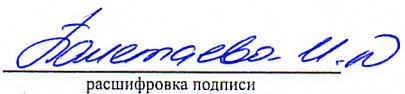
**КОМПЛЕКС № 1**

\*\* очищенный картофель

| 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        | Морковные палочки                | 100              | 1,00                    | 0,08          | 2,30          | 15                            | ТК            | 5,87                              | 8,80                |
|                | Гратен из картофеля с рыбой      | 200              | 15,00                   | 17,03         | 18,92         | 408                           | № 3/8 Нов     | 92,72                             | 139,09              |
|                | Какао с молоком                  | 200              | 4,08                    | 3,54          | 17,58         | 119                           | 382-2017      | 13,63                             | 20,43               |
|                | Хлеб пшеничный                   | 30               | 2,10                    | 0,60          | 15,00         | 72                            | Пром.1        | 2,77                              | 3,32                |
|                | Хлеб ржаной                      | 20               | 1,20                    | 0,20          | 9,00          | 42                            | Пром.2        | 2,12                              | 2,54                |
|                | Фрукты свежие (яблоко)           | 100              | 0,40                    | 0,40          | 9,80          | 47                            | Пром.3        | 8,20                              | 10,66               |
|                | <b>Итого за рацион питания :</b> | <b>650</b>       | <b>23,78</b>            | <b>21,85</b>  | <b>72,6</b>   | <b>703</b>                    |               | <b>125,31</b>                     | <b>184,84</b>       |
| Обед           | Закуска из моркови               | 100              | 0,90                    | 8,20          | 4,80          | 189                           | Пром.         | 16,24                             | 21,11               |
|                | Котлета "Школьная"               | 100              | 14,00                   | 11,10         | 12,10         | 232                           | №347-2018     | 47,95                             | 71,46               |
|                | Каша пшеничная рассыпчатая       | 180              | 7,58                    | 5,40          | 46,62         | 265                           | 302-2017      | 10,88                             | 16,33               |
|                | Компот из клубники и яблок       | 180              | 0,20                    | 0,12          | 8,66          | 37                            | 5хн-22        | 6,91                              | 9,99                |
|                | Хлеб пшеничный                   | 40               | 2,80                    | 0,80          | 20,00         | 96                            | Пром. 5       | 3,69                              | 4,43                |
|                | Хлеб ржаной                      | 20               | 1,20                    | 0,20          | 9,00          | 42                            | Пром.2        | 2,12                              | 2,54                |
|                | <b>Итого за рацион питания :</b> | <b>620</b>       | <b>26,68</b>            | <b>25,82</b>  | <b>101,18</b> | <b>861</b>                    |               | <b>87,79</b>                      | <b>125,86</b>       |
| <b>ВСЕГО :</b> | <b>1 270</b>                     | <b>50,46</b>     | <b>47,67</b>            | <b>173,78</b> | <b>1 564</b>  |                               | <b>213,10</b> | <b>310,70</b>                     |                     |

Заведующий производством  
должность

  
подпись

  
расшифровка подписи



«УТВЕРЖДЕНО»  
 Руководитель АНО «Школьное питание»  
 Краснодарцев В. А.



«СОГЛАСОВАНО»  
 Руководитель общеобразовательной организации



ДИРЕКТОР  
 МБОУ ГИМНАЗИЯ 80  
 СМОЛЕНСКАЯ. М.В

**Ежедневное меню  
 основного (организованного) питания \*\***

Возраст: 12 и старше

Категория: 5-11 классы

Дата: 10.01.2025 Циклическое меню: Неделя: 1 День: 5

**КОМПЛЕКС № 2**

\*\* очищенный картофель

| 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        | Морковные палочки                      | 100              | 1,00                    | 0,08          | 2,30          | 15                            | ТК            | 5,87                              | 8,80                |
|                | Вок с рыбой и овощами                  | 240              | 13,80                   | 18,00         | 40,26         | 401                           | №Тк №6        | 90,39                             | 135,57              |
|                | Какао с молоком                        | 200              | 4,08                    | 3,54          | 17,58         | 119                           | 382-2017      | 13,63                             | 20,43               |
|                | Хлеб пшеничный                         | 30               | 2,10                    | 0,60          | 15,00         | 72                            | Пром.1        | 2,77                              | 3,32                |
|                | Хлеб ржаной                            | 20               | 1,20                    | 0,20          | 9,00          | 42                            | Пром.2        | 2,12                              | 2,54                |
|                | Фрукты свежие (яблоко)                 | 100              | 0,40                    | 0,40          | 9,80          | 47                            | Пром.3        | 8,20                              | 10,66               |
|                | <b>Итого за рацион питания :</b>       | <b>690</b>       | <b>22,58</b>            | <b>22,82</b>  | <b>93,94</b>  | <b>696</b>                    |               | <b>122,98</b>                     | <b>181,32</b>       |
| Обед           | Закуска из моркови                     | 100              | 0,90                    | 8,20          | 4,80          | 189                           | Пром.         | 16,24                             | 21,11               |
|                | Филе птицы, тушенное в сметанном соусе | 100              | 13,58                   | 10,83         | 25,00         | 260                           | ТК № О/2      | 42,76                             | 64,13               |
|                | Макаронные изделия отварные            | 180              | 6,48                    | 5,88          | 39,36         | 236                           | 54-1г-2022    | 14,83                             | 22,22               |
|                | Компот из клубники и яблок             | 180              | 0,20                    | 0,12          | 8,66          | 37                            | 5хн-22        | 6,91                              | 9,99                |
|                | Хлеб пшеничный                         | 40               | 2,80                    | 0,80          | 20,00         | 96                            | Пром. 5       | 3,69                              | 4,43                |
|                | Хлеб ржаной                            | 20               | 1,20                    | 0,20          | 9,00          | 42                            | Пром.2        | 2,12                              | 2,54                |
|                | <b>Итого за рацион питания :</b>       | <b>620</b>       | <b>25,16</b>            | <b>26,03</b>  | <b>106,82</b> | <b>860</b>                    |               | <b>86,55</b>                      | <b>124,42</b>       |
| <b>ВСЕГО :</b> | <b>1 310</b>                           | <b>47,74</b>     | <b>48,85</b>            | <b>200,76</b> | <b>1 556</b>  |                               | <b>209,53</b> | <b>305,74</b>                     |                     |

Заведующий производством  
 должность

*[Подпись]*  
 подпись

*[Подпись]*  
 расшифровка подписи