

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"

Краснододов В. А.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

ДИРЕКТОР

МАОУ СОШ № 110

В. Я. АНДРОСОВ

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

Возраст: 7-11 лет

Категория: 1-4 классы

Дата: 23.05.2025 Циклическое меню: Неделя: 4 День: 5

\*\* очищенный картофель

| Прием пищи     | Наименование блюда                                                    | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |              |               | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептур  | Цена продукта в наборе в рублях | Цена всего в рублях |
|----------------|-----------------------------------------------------------------------|------------------|-------------------------|--------------|---------------|-------------------------------|-------------|---------------------------------|---------------------|
|                |                                                                       |                  | Белки                   | Жиры         | Углеводы      |                               |             |                                 |                     |
| Завтрак        | Салат из квашеной капусты                                             | 60               | 1,03                    | 3,00         | 5,08          | 52                            | 47-17       | 8,36                            | 11,08               |
|                | Оладьи из филе птиц с сыром, рагу овощное с зеленым горошком (80/120) | 200              | 9,75                    | 11,34        | 33,96         | 276                           | № 3/4.5     | 69,02                           | 100,36              |
|                | Чай с молоком и сахаром                                               | 200              | 2,30                    | 1,45         | 6,55          | 52                            | №882-24     | 6,85                            | 10,26               |
|                | Хлеб пшеничный                                                        | 30               | 2,10                    | 0,60         | 15,00         | 72                            | Пром.1      | 2,90                            | 3,48                |
|                | Хлеб ржаной                                                           | 20               | 1,20                    | 0,20         | 9,00          | 42                            | Пром.2      | 2,22                            | 2,67                |
|                | Фрукты свежие (яблоко)                                                | 100              | 0,40                    | 0,40         | 9,80          | 47                            | Пром.3      | 8,20                            | 10,66               |
|                | <b>Итого за рацион питания :</b>                                      | <b>610</b>       | <b>16,78</b>            | <b>16,99</b> | <b>79,39</b>  | <b>541</b>                    |             | <b>97,55</b>                    | <b>138,51</b>       |
| Обед           | Салат зеленый с огурцом                                               | 60               | 0,62                    | 3,64         | 1,28          | 40                            | 43-2022     | 10,79                           | 14,16               |
|                | Суп гороховый с сухариками                                            | 220              | 5,24                    | 3,65         | 18,32         | 118                           | Тк№С/14     | 9,39                            | 13,49               |
|                | Плов из говядины                                                      | 240              | 14,46                   | 17,01        | 35,25         | 285                           | ПЛ21        | 78,00                           | 117,01              |
|                | Компот из кураги                                                      | 180              | 0,90                    | 0,09         | 14,12         | 60                            | 54-2хн-2022 | 7,66                            | 11,48               |
|                | Хлеб пшеничный                                                        | 40               | 2,80                    | 0,80         | 20,00         | 96                            | Пром. 5     | 3,87                            | 4,65                |
|                | Хлеб ржаной                                                           | 20               | 1,20                    | 0,20         | 9,00          | 42                            | Пром.2      | 2,22                            | 2,67                |
|                | Кондитерские изделия (пряники)                                        | 25               | 0,55                    | 0,41         | 6,82          | 130                           | Пром.       | 9,52                            | 12,38               |
|                | Фрукты свежие (апельсин)                                              | 100              | 0,90                    | 0,20         | 8,10          | 43                            | Пром.11     | 17,60                           | 22,88               |
|                | <b>Итого за рацион питания :</b>                                      | <b>885</b>       | <b>26,67</b>            | <b>26</b>    | <b>112,89</b> | <b>814</b>                    |             | <b>139,05</b>                   | <b>198,72</b>       |
| Полдник        | Булочка домашняя                                                      | 60               | 3,77                    | 7,51         | 32,00         | 178                           | ТК № П/16   | 5,18                            | 7,75                |
|                | Йогурт                                                                | 180              | 6,12                    | 4,50         | 9,90          | 105                           | Пром.16     | 37,91                           | 49,28               |
|                | Фрукты свежие (яблоко)                                                | 100              | 0,40                    | 0,40         | 9,80          | 47                            | Пром.3      | 8,20                            | 10,66               |
|                | Кондитерские изделия (ирис)                                           | 25               | 0,85                    | 1,95         | 23,30         | 120                           | Пром.       | 10,43                           | 13,56               |
|                | <b>Итого за рацион питания :</b>                                      | <b>365</b>       | <b>11,14</b>            | <b>14,36</b> | <b>75</b>     | <b>450</b>                    |             | <b>61,72</b>                    | <b>81,25</b>        |
| <b>ВСЕГО :</b> |                                                                       | <b>1 860</b>     | <b>54,59</b>            | <b>57,35</b> | <b>267,28</b> | <b>1 805</b>                  |             | <b>298,32</b>                   | <b>418,48</b>       |

Заведующий производством

должность

подпись

ЗДВ. ПРОИЗВОДСТВОМ

ГОРБАЧЕВА О.А.

расшифровка подписи

«УТВЕРЖДЕНО»

Руководитель АНО "Школьное питание"

/Краснодедов В. А.

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель общеобразовательной организации

ДИРЕКТОР

МАОУ СОШ №110

Я. И. ПРОСОВ

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

Возраст: 12 и старше

Категория: 5-11 классы

Дата: 23.05.2025 Циклическое меню: Неделя: 4 День: 5

\*\* очищенный картофель

| Прием пищи     | Наименование блюда                                                    | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |              |              | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептур  | Цена продуктового набора в рублях | Цена всего в рублях |
|----------------|-----------------------------------------------------------------------|------------------|-------------------------|--------------|--------------|-------------------------------|-------------|-----------------------------------|---------------------|
|                |                                                                       |                  | Белки                   | Жиры         | Углеводы     |                               |             |                                   |                     |
| Завтрак        | Салат из квашеной капусты                                             | 100              | 1,72                    | 5,00         | 8,47         | 86                            | 47-2017     | 13,94                             | 18,47               |
|                | Оладьи из филе птиц с сыром, рагу овощное с зеленым горошком (90/150) | 240              | 11,70                   | 13,60        | 40,72        | 331                           | № 3/4.5     | 84,20                             | 122,32              |
|                | Чай с молоком и сахаром                                               | 200              | 2,30                    | 1,45         | 6,55         | 52                            | №882-24     | 6,85                              | 10,26               |
|                | Хлеб пшеничный                                                        | 40               | 2,80                    | 0,80         | 20,00        | 96                            | Пром. 5     | 3,87                              | 4,65                |
|                | Хлеб ржаной                                                           | 20               | 1,20                    | 0,20         | 9,00         | 42                            | Пром.2      | 2,22                              | 2,67                |
|                | Фрукты свежие (яблоко)                                                | 100              | 0,40                    | 0,40         | 9,80         | 47                            | Пром.3      | 8,20                              | 10,66               |
|                | <b>Итого за рацион питания :</b>                                      | <b>700</b>       | <b>20,12</b>            | <b>21,45</b> | <b>94,54</b> | <b>654</b>                    |             | <b>119,28</b>                     | <b>169,03</b>       |
| Обед           | Салат зеленый с огурцом                                               | 100              | 1,04                    | 6,06         | 2,14         | 67                            | 43-22       | 14,73                             | 19,51               |
|                | Плов из говядины                                                      | 280              | 16,87                   | 19,85        | 48,00        | 472                           | №ПЛ121      | 91,00                             | 136,49              |
|                | Компот из кураги                                                      | 180              | 0,90                    | 0,09         | 14,12        | 60                            | 54-2хн-2022 | 7,66                              | 11,48               |
|                | Хлеб пшеничный                                                        | 40               | 2,80                    | 0,80         | 20,00        | 96                            | Пром. 5     | 3,87                              | 4,65                |
|                | Хлеб ржаной                                                           | 20               | 1,20                    | 0,20         | 9,00         | 42                            | Пром.2      | 2,22                              | 2,67                |
|                | <b>Итого за рацион питания :</b>                                      | <b>620</b>       | <b>22,81</b>            | <b>27</b>    | <b>93,26</b> | <b>737</b>                    |             | <b>119,48</b>                     | <b>174,80</b>       |
| <b>ВСЕГО :</b> |                                                                       | <b>1 320</b>     | <b>42,93</b>            | <b>48,45</b> | <b>187,8</b> | <b>1 391</b>                  |             | <b>238,76</b>                     | <b>343,83</b>       |

Заведующий производством

должность

подпись

Зав. производством

ГОРБАЧЕВА О.А.

расшифровка подписи



«УТВЕРЖДЕНО»  
Руководитель АНО «Школьное питание»

/Краснододов В. А.



«СОГЛАСОВАНО»  
Руководитель общеобразовательной организации

ДИРЕКТОР  
МАОУ СОШ №110  
В. Я. АНДРОСОВ

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

Возраст: 12 и старше

Категория: 5-11 классы

Дата: 23.05.2025 Циклическое меню: Неделя: 4 День: 5

\*\* очищенный картофель

| Прием пищи     | Наименование блюда                                                    | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |              |               | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептур  | Цена продукта в наборе в рублях | Цена всего в рублях |
|----------------|-----------------------------------------------------------------------|------------------|-------------------------|--------------|---------------|-------------------------------|-------------|---------------------------------|---------------------|
|                |                                                                       |                  | Белки                   | Жиры         | Углеводы      |                               |             |                                 |                     |
| Завтрак        | Салат из квашеной капусты                                             | 100              | 1,72                    | 5,00         | 8,47          | 86                            | 47-2017     | 13,94                           | 18,47               |
|                | Оладьи из филе птиц с сыром, рагу овощное с зеленым горошком (90/150) | 240              | 11,70                   | 13,60        | 40,72         | 331                           | № 3/4.5     | 84,20                           | 122,32              |
|                | Чай с молоком и сахаром                                               | 200              | 2,30                    | 1,45         | 6,55          | 52                            | №882-24     | 6,85                            | 10,26               |
|                | Хлеб пшеничный                                                        | 40               | 2,80                    | 0,80         | 20,00         | 96                            | Пром. 5     | 3,87                            | 4,65                |
|                | Хлеб ржаной                                                           | 20               | 1,20                    | 0,20         | 9,00          | 42                            | Пром.2      | 2,22                            | 2,67                |
|                | Фрукты свежие (яблоко)                                                | 100              | 0,40                    | 0,40         | 9,80          | 47                            | Пром.3      | 8,20                            | 10,66               |
|                | <b>Итого за рацион питания :</b>                                      | <b>700</b>       | <b>20,12</b>            | <b>21,45</b> | <b>94,54</b>  | <b>654</b>                    |             | <b>119,28</b>                   | <b>169,03</b>       |
| Обед           | Салат зеленый с огурцом                                               | 100              | 1,04                    | 6,06         | 2,14          | 67                            | 43-22       | 14,73                           | 19,51               |
|                | Суп гороховый с сухариками                                            | 275              | 6,54                    | 4,56         | 22,89         | 147                           | Тк№С/14     | 11,73                           | 16,84               |
|                | Плов из говядины                                                      | 280              | 16,87                   | 19,85        | 48,00         | 472                           | №ПЛ21       | 91,00                           | 136,49              |
|                | Компот из кураги                                                      | 180              | 0,90                    | 0,09         | 14,12         | 60                            | 54-2хн-2022 | 7,66                            | 11,48               |
|                | Хлеб пшеничный                                                        | 40               | 2,80                    | 0,80         | 20,00         | 96                            | Пром. 5     | 3,87                            | 4,65                |
|                | Хлеб ржаной                                                           | 20               | 1,20                    | 0,20         | 9,00          | 42                            | Пром.2      | 2,22                            | 2,67                |
|                | <b>Итого за рацион питания :</b>                                      | <b>895</b>       | <b>29,35</b>            | <b>31,56</b> | <b>116,15</b> | <b>884</b>                    |             | <b>131,21</b>                   | <b>191,64</b>       |
| Полдник        | Булочка домашняя                                                      | 80               | 5,16                    | 5,44         | 37,70         | 223                           | ТК № П/12   | 6,89                            | 10,34               |
|                | Йогурт                                                                | 200              | 6,80                    | 5,00         | 11,00         | 117                           | Пром.       | 42,12                           | 54,76               |
|                | Фрукты свежие (яблоко)                                                | 100              | 0,40                    | 0,40         | 9,80          | 47                            | Пром.3      | 8,20                            | 10,66               |
|                | Кондитерские изделия (печенье)                                        | 30               | 2,50                    | 4,00         | 17,28         | 130                           | Пром.       | 9,95                            | 12,94               |
|                | <b>Итого за рацион питания :</b>                                      | <b>410</b>       | <b>14,86</b>            | <b>14,84</b> | <b>75,78</b>  | <b>517</b>                    |             | <b>67,16</b>                    | <b>88,70</b>        |
| <b>ВСЕГО :</b> |                                                                       | <b>2 005</b>     | <b>64,33</b>            | <b>67,85</b> | <b>286,47</b> | <b>2 055</b>                  |             | <b>317,65</b>                   | <b>449,37</b>       |

Заведующий производством

должность

подпись

Зав. производством

ГОРБАЧЕВА О.А.

расшифровка подписи