

СОГЛАСОВАНО
 решением Управляющего совета
 ГБОУ «ШКОЛА № 26 Г.О.ТОРЕЗ»
 (протокол от 09.01.2025 № 3)

УТВЕРЖДЕНО
 Директор ГБОУ «ШКОЛА № 26 Г.О.ТОРЕЗ»
 Г.В. Дубик
 приказ от 09.01.2025 № 11



**ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ
 ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ ПРИ ОДНОРАЗОВОМ ПИТАНИИ
 ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ ПЕРИОД 2024-2025 УЧЕБНЫЙ ГОД**

ГБОУ «ШКОЛА № 26 Г.О.ТОРЕЗ»

(на основании Рекомендаций по организации питания обучающихся общеобразовательных учреждений (МР 2.4. 0179-20, утвержденных руководителем Федеральной службы по контролю и надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека, Главным государственным санитарным врачом РФ 18.05.2020 г.) и Сборника рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1—4-х классов в общеобразовательных организациях (Пособие. — М.: Федеральный центр гигиены и эпидемиологии Роспотребнадзора, 2022. — 275 с.), Сборника рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах Министерства экономического развития и торговли Российской Федерации (под редакцией В. Т. Лапиной, издательство «Хлебпродинформ», Москва, 2004 г.), сборника рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей (под редакцией М.П.Могильного и Т.В. Тутельяна.-М.:ДелЛипринт,2011 г.)

**ГОРЯЧЕЕ ПИТАНИЕ ЗА СЧЁТ РОДИТЕЛЬСКОЙ ОПЛАТЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ 1-4 КЛАССОВ ГПД
 (Обед)
 1 неделя**

день	Ассортимент готовой продукции	Выход	№ рецептуры	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ККАЛ
Понедельник	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	54-7с	2,5	2,2	18,1	102
	Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	70	54-11 р	9,6	5,2	4,4	103
	Пюре картофельное	150	54-11г	3,2	5,2	19,8	139,4
	Помидор соленый	30	Пром. пр-ва	0,25	0,05	0,5	3,9

Пятница	Яйцо вареное	1 шт.	54-60	4,8	4	0,3	56,6
	Гречневая каша	150	54-4г	8,3	6,3	36	233,7
	Капуста тушеная	50	54-8г	1,2	1,46	4,8	37,86
	Рассольник Ленинградский	200	54-3с	1,9	5,1	13,2	106,6
	Итого	680		25,48	17,92	101,72	674,5
	Фруктовый сок	150	Пром. пр-ва	0,1	-	21,2	92
	Хлеб ржаной	40	Пром.пр-во	1,68	0,36	12,96	59,4
	Хлеб пшеничный в/с	30	Пром. пр-ва	3,02	0,36	19,65	93,9
	Оладьи из пчени по-кунцевски	80	54-31м	14,04	9,2	12,6	187,8
	Икра кабачковая	30	Пром. пр-ва	0,44	1,3	2,21	23,4
Четверг	Суп картофельный с клецками	200	54-6с	1,4	3,7	8,1	71,4
	Каша рассыпчатая пшеничная	150	297	4,8	3	25	146,6
	Итого	780		36,28	20,32	100,45	733,99
	Фрукты (яблоко)	100	Пром. пр-ва	0,42	0,42	9,84	44,44
	Какао на стуженном молоке	150	54-22гн	3,5	3,3	22,3	133,4
	Хлеб ржаной	40	Пром.пр-ва	2,24	0,48	17,28	79,2
	Хлеб пшеничный в/с	30	Пром. пр-ва	3,02	0,36	19,65	93,9
	Жаркое по-домашнему	200	54-28м	24,8	6,2	17,6	225,7
	Винегрет с растительным маслом	60	54-16з	0,6	5,3	4,1	67,1
	Борщ с капустой и картофелем	200	54-2с	1,7	4,26	9,68	90,25
Среда	Итого	620		35,67	13,18	80,99	585,1
	Компот из свежих яблок	200	54-32хн	0,15	0,14	9,93	41,5
	Хлеб ржаной	40	Пром.пр-во	1,68	0,36	12,96	59,4
	Хлеб пшеничный в/с	30	Пром. пр-ва	3,02	0,36	19,65	93,9
	Сырники	150	54-6г	29,4	8,6	31	319,1
	Суп из овощей	200	54-17с	1,42	3,72	8,08	71,2
	Итого	780		21,33	13,91	110,77	657,84
	Фруктовый сок	150	Пром. пр-ва	0,1	-	21,2	92
	Фрукты (яблоко)	100	Пром. пр-ва	0,42	0,42	9,84	44,44
	Хлеб ржаной	40	Пром.пр-ва	2,24	0,48	17,28	79,2
Вторник	Хлеб пшеничный в/с	30	Пром. пр-ва	3,02	0,36	19,65	93,9
	Хлеб ржаной	40	Пром.пр-ва	2,24	0,48	17,28	79,2
	Итого	620		35,67	13,18	80,99	585,1

Шницель из курицы	75	54-24М	14,4	3,2	10,1	126,4
Хлеб пшеничный в/с	30	Пром. пр-ва	3,02	0,36	19,65	93,9
Хлеб ржаной	40	Пром. пр-во	1,68	0,36	12,96	59,4
Какао с молоком сгущённым	200	54-22 гн	3,5	3,3	22,3	133,4
Итого	745		38,8	24,08	119,31	847,86

ГОРЯЧЕЕ ПИТАНИЕ ЗА СЧЁТ РОДИТЕЛЬСКОЙ ОПЛАТЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ 1-4 КЛАССОВ ГПД
(Обед)
2 недели

День	Ассортимент готовой продукции	Выход	№ рецептуры	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
Понедельник	Суп с гречневой крупой	200	80	2,18	2,84	14,29	91,5
	Макароны отварные с сыром	150	54-3г	7,9	6,8	28,6	207,8
	Оладьи из пчени по-кунцевски	80	54-31м	14,04	9,2	12,6	187,8
	Хлеб пшеничный в/с	30	Пром. пр-ва	3,02	0,36	19,65	93,9
	Хлеб ржаной	40	Пром. пр-во	1,68	0,36	12,96	59,4
	Помидор соленый	30	Пром пр-во	0,25	0,05	0,5	3,9
	Компот из свежих яблок	200	54-32хн	0,15	0,14	9,93	41,5
	Фрукты (яблоко)	100	Пром. пр-ва	0,42	0,42	9,84	44,44
	Итого	830		29,64	20,17	108,37	730,24
	Вторник	Суп крестьянский с рисовой крупой	200	54-11с	1,74	5,04	10,8
Пюре картофельное		150	54-11г	3,2	5,2	19,8	139,4
Филе запеченое		100	320 к	27,5	7,5	-	179,29
Горошек зеленый		30	54-20з	0,85	0,05	1,75	11,07
Хлеб пшеничный в/с		40	Пром. пр-во	1,68	0,36	12,96	59,4
Хлеб ржаной		30	Пром пр-во	0,25	0,05	0,5	3,9
Какао с молоком сгущённым		200	54-22 гн	3,5	3,3	22,3	133,4
Фрукты (яблоко)		100	Пром. пр-ва	0,42	0,42	9,84	44,44
Итого		850		39,14	21,92	77,95	666,4
Среда		Суп гороховый	200	54-8с	4,24	4,02	15,92
	Котлета рыбная	100	54-3р	14,2	2,6	8,6	114,2
	Икра кабачковая	50	Пром. пр-ва	0,76	2,33	3,69	39
	Каша рассыпчатая пшеничная	150	297	4,8	3	25	146,6

Четверг	Хлеб пшеничный в/с	40	Пром. пр-во	1,68	0,36	12,96	59,4
	Хлеб ржаной	30	Пром пр-во	0,25	0,05	0,5	3,9
	Фруктовый сок	200	Пром. пр-ва	0,1	-	21,2	92
	Итого	770		26,03	12,36	62,87	572,06
	Борщ с капустой и картофелем	200	54-2с	1,7	4,26	9,68	90,25
	Помидор соленый	30	Пром. пр-ва	2,7	-	2,4	27
	Жаркое по-домашнему	200	54-28м	24,8	6,2	17,6	225,7
	Хлеб пшеничный в/с	40	Пром. пр-во	1,68	0,36	12,96	59,4
	Хлеб ржаной	30	Пром пр-во	0,25	0,05	0,5	3,9
	Какао на стуженном молоке	200	54-22гн	3,5	3,3	22,3	133,4
Фрукты (яблоко)	100	Пром. пр-ва	0,42	0,42	9,84	44,44	
Итого	800		35,05	14,59	75,28	584,09	
Пятница	Суп картофельный с рыбой	200	54-1с	1,8	4,2	11,59	91,32
	Плов с курицей	200	54-12м	27,3	8,1	33,2	314,6
	Салат из белокочанной капусты	60	54-7з	1,6	6,1	6,2	85,7
	Хлеб пшеничный в/с	40	Пром. пр-во	1,68	0,36	12,96	59,4
	Хлеб ржаной	30	Пром пр-во	0,25	0,05	0,5	3,9
	Фруктовый сок	200	Пром. пр-ва	0,1	-	21,2	92
	Итого	730		32,73	18,81	85,65	646,92

Выполнение за 10 дней

Название дня	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	Энергетическая ценность, ккал
1 неделя				
понедельник	21,33	13,91	110,77	657,84
вторник	35,67	13,18	80,99	585,1
среда	36,28	20,32	100,45	733,99
четверг	25,48	17,92	101,72	674,5
пятница	38,8	24,08	119,31	847,86
Итого за 1 неделю	157,56	89,41	513,24	3499,29
2 неделя				
понедельник	29,64	20,17	108,37	730,24
вторник	39,14	21,92	77,95	666,4
среда	26,03	12,36	62,87	572,06
четверг	35,05	14,59	75,28	584,09
пятница	32,73	18,81	85,65	646,92
Итого за 2 неделю	162,59	87,85	410,12	3199,71
за 2 недели				
1 неделя	157,56	89,41	513,24	3499,29
2 неделя	162,59	87,85	410,12	3199,71
Итого за 2 недели	320,15	177,26	923,36	6699

В данном документе прошито, пронумеровано,
подкреплено печатью и подписью _____

6

листу _____) лист

Директор ГБОУ «ШКОЛА № 26 Г.О. ТОРЕЗ»

Г. В. Дубик

