

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 № 2)

**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. Лапшиной, издательство «Хлебпродинформ», Москва, 2004 г.), сборника рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей (под редакцией М.П.Могильного и Т.В. Тутельяна.-М.:Делипринт,2011 г.)

**ГОРЯЧЕЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ 5-9 КЛАССОВ (льготная категория)
(Обед)**

1 неделя

день	Ассортимент готовой продукции	Выход	№ рецептуры	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ККАЛ
Понедельник	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	54-7с	3,2	2,7	22,7	127,6
	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
	Хлеб пшеничный в/с	30	Пром. пр-ва	3,02	0,36	19,65	93,9

			40	Пром.пр-ва	2,24	0,48	17,28	79,2
Вторник	Хлеб ржаной							
	Фрукты (яблоко)		100	Пром. пр-ва	0,42	0,42	9,84	44,44
	Фруктовый сок		150	Пром. пр-ва	0,1	-	21,2	92
	Итого		830		22,03	15,28	127,09	745,43
	Суп овощной		250	54-17с	1,8	4,7	10,1	89
	Сырники		150	54-6г	29,4	8,6	31	319,1
	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
Среда	Чай с сахаром и лимоном		200	54-3гн	0,3	-	6,7	27,9
	Итого		670		36,2	13,96	79,78	620,8
	Борщ с капустой и картофелем		250	54-2с	2,13	5,33	12,1	112,82
	Винегрет с растительным маслом		60	54-16з	0,6	5,3	4,1	67,1
	Жаркое по-домашнему		200	54-28м	24,8	6,2	17,6	225,7
	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
	Ряженка		150	Пром.пр-ва	6	12	8,2	170
	Фрукты (яблоко)		100	Пром. пр-ва	0,42	0,42	9,84	44,44
Четверг	Итого		830		39,21	30,09	88,97	793,16
	Суп картофельный с клецками		250	54-6с	2,25	3,27	13,75	93,35
	Каша рассыпчатая пшеничная		150	297	4,8	3	25	146,6
	Икра кабачковая		30	Пром. пр-ва	0,44	1,3	2,21	23,4
	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
	Фруктовый сок		150	Пром. пр-ва	0,1	-	21,2	92
	Итого		730		26,33	17,92	107,37	696,45
	Рассольник Ленинградский		250	54-3с	2,4	6,42	16,52	133,32
Пятница	Капуста тушеная		50	54-8г	1,2	1,46	4,8	37,86
	Гречневая каша		150	54-4г	8,3	6,3	36	233,7
	Яйцо вареное		1 шт.	54-6о	4,8	4	0,3	56,6
	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	795		39,3	25,4	122,63	874,58

ГОРЯЧЕЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ 5-9 КЛАССОВ (льготная категория)

(Обед)

2 недели

День	Ассортимент готовой продукции	Выход	№ рецептуры	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
Понедельник	Суп картофельный с гречневой крупой	250	80	2,18	2,84	14,29	91,5
	Макаронны 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	880		29,64	20,17	108,37	730,24
Вторник	Суп крестьянский с рисовой крупой	200	54-11с	2,17	6,3	13,5	119,3
	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	900		39,57	23,18	80,65	690,2

Среды	Суп гороховый	250	54-8с	5,3	5,03	19,9	146,2
	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
	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	820		27,09	13,37	66,85	835,32
Четверг	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	54-2с	2,13	5,33	12,1	112,82
	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 сгущенном 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	850		35,48	15,66	77,7	606,66
Пятница	Суп картофельный с рыбой	200	54-1с	4,8	4,7	18,25	103,3
	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	780		35,73	19,31	92,31	658,9

Выполнение за 10 дней

Название дня	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	Энергетическая ценность, ккал
1 неделя				
понедельник	22,03	15,28	127,09	745,43
вторник	36,2	13,96	79,78	620,8
среда	39,21	30,09	88,97	793,16
четверг	26,33	17,92	107,37	696,45
пятница	39,3	25,4	122,63	874,58
Итого за 1 неделю	163,07	102,65	525,84	3730,42
2 неделя				
понедельник	29,64	20,17	108,37	730,24
вторник	39,57	23,18	80,65	690,2
среда	27,09	13,37	66,85	835,32
четверг	35,48	15,66	77,7	606,66
пятница	35,73	19,31	92,31	658,9
Итого за 2 неделю	167,51	91,69	425,88	3521,32
за 2 недели				
1 неделя	163,07	102,65	525,84	3730,42
2 неделя	167,51	91,69	425,88	3521,32
Итого за 2 недели	330,58	194,34	951,72	7251,74

В данном документе прошито, пронумеровано,
скреплено печатью и подписью _____) лист
Директор ГБОУ «ШКОЛА № 26 Г.О. ТОРЕЗ»
_____ Г. В. Дубик

