

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 11.01.2025 № 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 рецептур 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 рецептур 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 рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей (под редакцией М.П.Могильного и Т.В. Тутельяна.-М.:ДеЛипринт,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	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

	Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	70	54-11 п	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
	Хлеб ржаной	40	Пром.пр-ва	2,24	0,48	17,28	79,2
	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
Вторник	Суп из овощей	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
	Компот из свежих яблок	200	54-32хн	0,15	0,14	9,93	41,5
	Итого	670		36,05	14,1	83,01	602,9
Среда	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
	Какао на сгущенном молоке	150	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	830		36,71	21,39	102,87	756,56
Четверг	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 печени 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

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

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
	Макароны отварные с сыром	150	54-3г	7,9	6,8	28,6	207,8
	Оладьи из печени 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
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
Среда	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

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	36,05	14,1	83,01	602,9
среда	36,71	21,39	102,87	756,56
четверг	26,33	17,92	107,37	696,45
пятница	39,3	25,4	122,63	874,58
Итого за 1 неделю	160,42	94,09	542,97	3675,92
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	160,42	94,09	542,97	3675,92
2 неделя	167,51	91,69	425,88	3521,32
Итого за 2 недели	327,93	185,78	968,85	7196,32

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

