СОГЛАСОВАНО

решением Управляющего совета

ГБОУ «ШКОЛА № 26 Г.О.ТОРЕЗ»

(протокол от 09 of M M M M M

**УТВЕРЖДЕНО** 

Директор ГБОУ «ШКОЛА № 26 Г.О.ТОРЕЗ

THOU WAS A STILLEY.

\_Г.В Дубик

(приказ от  $\angle \ell$ .

 $N_{\underline{0}}$ 

## 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 (MP 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
дель	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	54-7c	3,2	2,7	22,7	127,6
Понеде	Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	70	54-11 p	9,6	5,2	4,4	103

	Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	70	54-11 p	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
	Суп из овощей	250	54-17c	1,8	4,7	10,1	89
	Сырники	150	54-6T	29,4	8,6	31	319,1
Ä	Хлеб пшеничный в/с	30	Пром. пр-ва	3,02	0,36	19,65	93,9
рн	Хлеб ржаной	40	Пром.пр-во	1,68	0,36	12,96	59,4
Вторник	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
	Борщ с капустой и картофелем	250	54-2c	2,13	5,33	12,1	112,82
	Винегрет с растительным маслом	60	54-163	0,6	5,3	4,1	67,1
	Жаркое по-домашнему	200	54-28м	24,8	6,2	17,6	225,7
Среда	Хлеб пшеничный в/с	30	Пром. пр-ва	3,02	0,36	19,65	93,9
Cp	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
	Суп картофельный с клецками	250	54-6c	2,25	3,27	13,75	93,35
	Каша рассыпчатая пшеничная	150	297	4,8	3	25	146,6
pr	Икра кабачковая	30	Пром. пр-ва	0,44	1,3	2,21	23,4
Be	Оладьи из печени по-кунцевски	80	54-31м	14,04	9,2	12,6	187,8
Четверг	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

Какао с молоком стущенным			//	- ,-	,_	100,1
Какао с молоком сгущённым	200	54-22 гн	3,5	3,3	22,3	133,4
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
Шницель из курицы	75	54-24м	14,4	3,2	10,1	126,4
Яйцо вареное	1 шт.	54-60	4,8	4	0,3	56,6
Гречневая каша	150	54-4Γ	8,3	6,3	36	233,7
Капуста тушенная	50	54-8г	1,2	1,46	4,8	37,86
Рассольник Ленинградский	250	54-3c	2,4	6,42	16,52	133,32
	Капуста тушенная Гречневая каша Яйцо вареное Шницель из курицы Хлеб пшеничный в/с Хлеб ржаной	Капуста тушенная       50         Гречневая каша       150         Яйцо вареное       1 шт.         Шницель из курицы       75         Хлеб пшеничный в/с       30         Хлеб ржаной       40	Капуста тушенная       50       54-8г         Гречневая каша       150       54-4г         Яйцо вареное       1 шт.       54-60         Шницель из курицы       75       54-24м         Хлеб пшеничный в/с       30       Пром. пр-ва         Хлеб ржаной       40       Пром.пр-во	Капуста тушенная       50       54-8г       1,2         Гречневая каша       150       54-4г       8,3         Яйцо вареное       1 шт.       54-60       4,8         Шницель из курицы       75       54-24м       14,4         Хлеб пшеничный в/с       30       Пром. пр-ва       3,02         Хлеб ржаной       40       Пром. пр-во       1,68	Капуста тушенная         50         54-8г         1,2         1,46           Гречневая каша         150         54-4г         8,3         6,3           Яйцо вареное         1 шт.         54-60         4,8         4           Шницель из курицы         75         54-24м         14,4         3,2           Хлеб пшеничный в/с         30         Пром. пр-ва         3,02         0,36           Хлеб ржаной         40         Пром. пр-во         1,68         0,36	Капуста тушенная5054-8г1,21,464,8Гречневая каша15054-4г8,36,336Яйцо вареное1 шт.54-604,840,3Шницель из курицы7554-24м14,43,210,1Хлеб пшеничный в/с30Пром. пр-ва3,020,3619,65Хлеб ржаной40Пром. пр-во1,680,3612,96

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

		Выход					
	Ассортимент готовой продукции		№ рецептуры	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
День							
	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
•4	Оладьи из печени по-кунцевски	80	54-31м	14,04	9,2	12,6	187,8
HII	Хлеб пшеничный в/с	30	Пром. пр-ва	3,02	0,36	19,65	93,9
[ <b>9</b> ][7]	Хлеб ржаной	40	Пром.пр-во	1,68	0,36	12,96	59,4
еде	Помидор соленый	30	Пром пр-во	0,25	0,05	0,5	3,9
Понедельник	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
	Суп крестьянский с рисовой крупой	200	54-11c	2,17	6,3	13,5	119,3
	1 1		54-11c	, in the second second		,	,
	Пюре картофельное Филе запеченое	150 100	320 K	3,2 27,5	5,2 7,5	19,8	139,4 179,29
<b>¥</b>		30	54-203	<u> </u>	<u> </u>	1,75	·
Вторник	Горошек зеленый Хлеб пшеничный в/с			0,85	0,05	,	11,07
тор	Хлеб ржаной	40 30	Пром.пр-во	1,68 0,25	0,36	12,96 0,5	59,4 3,9
<b>\tilde{\</b>			Пром пр-во 54-22 гн		ļ	,	
	Какао с молоком сгущённым	200		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
Да	Суп гороховый	250	54-8c	5,3	5,03	19,9	146,2
Среда	Котлета рыбная	100	54-3p	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
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	54-2c	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
ерг	Хлеб пшеничный в/с	40	Пром.пр-во	1,68	0,36	12,96	59,4
Четверг	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
	Суп картофельный с рыбой	200	54-1c	4,8	4,7	18,25	103,3
	Плов с курицей	200	54-12м	27,3	8,1	33,2	314,6
æ	Салат из белокочанной капусты	60	54-73	1,6	6,1	6,2	85,7
Пятница	Хлеб пшеничный в/с	40	Пром.пр-во	1,68	0,36	12,96	59,4
ЯТН	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

				Энергетическая
Название дня	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	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