

УТВЕРЖДАЮ:
Генеральный директор АО «Лопишторг»
В.А. Лапошкин
2026 г.



ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ
Завтраков и обедов учащихся в общеобразовательных организациях.
И спецкогдах отнесенных к детям-сиротам, детям оставшимся без
попечения родителей, лица, из числа детей-сирот и детей, оставшихся
без попечения родителей

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 11-18 ЛЕТ

Симферополь, 2026-2027 гг.

СОЛТАСОВ АНО
Директор
2026 г.



План санитарной записки.

«Орпителтор» на базе стационарных организаций будет осуществлять АО

оснащены необходимыми технологическим оборудованием, квалифицированными кадрами, столовой посудой, кухонным инвентарём, моющими и дезинфицирующими средствами в достаточном количестве. Снабжение столовых сырья и продовольственными товарами будет осуществляться поставщиками, с которыми заключены договоры АО «Орпителтор» на поставку сырья и продовольственных товаров.

В среднем меню должно учитываться рациональное распределение энергетической ценности по отдельным приёмам пищи. При двухразовом питании распределение калорийности по приёму пищи в процентном отношении должно составлять: завтрак-20-25%, обед-30-35%. Допускается в течение дня отступление от норм калорийности по отдельным приёмам пищи в пределах $\pm 5\%$, при условии что средний процент пищевой ценности за неделю будет соответствовать выше перечисленным требованиям по каждому приёму пищи.

В суточном рационе питания оптимальное соотношение пищевых веществ - белков, жиров и углеводов должна составлять 1:1:4 или в процентном соотношении от калорийности как 10-15%, 30-32%, 55-60% соответственно, а соотношение кальция к фосфору - как 1:1,5.

Ежедневно в рационах 2-х разового питания включается мясо, молоко, масло сливочное, растительное, хлеб ржаной и пшеничный (с каждым приёмом пищи). Рыбу, яйца, сыр, творог, завтрак в школе должен состоять в основном из двух блюд: горячего мясного, творожного или мясного, повитом или свободной выпечкой.

Обед должен состоять из 4 блюд, и включать закуску, первое, второе - основное горячее блюдо из мяса, рыбы или птицы и салатов, свежей или квашеной капусты, моркови, свеклы и т.п. В качестве закуски допускается использовать порционные овощи (подогретый гарнир). Для улучшения вкуса в салат можно добавлять свежие или сухие фрукты: яблоки, чернослив, изюм.

Фактический рацион питания должен соответствовать утверждённому примерному меню, разработанному в соответствии с СанПиН 2.3/2.4.4282-26 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общепита сырья и выхода готовой продукции все школьные столовые АО «Орпителтор» обеспечены технологическими картами, разработанными на основании «Сборника рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. Издательство Москва. Де Ли Принт 2015г.». С работниками школьных столовых проводятся беседы по особенностям приготовления блюд в детском питании.

Для контроля за качеством питания учащихся в школьных столовых предусмотрена следующая документация:

1. Журнал бракеража скоропортящейся пищевой продукции.
 2. Журнал бракеража готовой пищевой продукции.
 3. Журнал учёта температуры режима холодильного оборудования.
 4. Журнал гигиенический.
 5. Ведомость контроля за рационом питания.
 6. Журнал учёта температуры и влажности в складских помещениях.
- Для контроля за качеством поступающей продукции бракераж и делается запись в журнале бракеража пищевой продукции и продовольственного сырья, в соответствии с рекомендованной формой. Выходя готовой продукции бракеражная комиссия в составе не менее трёх человек. Оценку качества блюд проводит бракеражная комиссия в составе не менее трёх человек. Методическое руководство работников пищеблока и представителя администрации образовательного учреждения по органолептическим показателям.

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергет. ценность	№ рецеп-ры
Неделя 1	5-11 классы СИРОТЫ ХАЛЯЛЬ						
День 1	Свежие овощи (по сезону)						
Завтрак							
	Огурец свежий	70,00	0,50	0,10	1,30	8,10	71
	Каша вязкая рисовая	180,00	3,10	5,00	31,90	185,00	303
	Птица туш. в томатном соусе	100,00	16,60	13,30	3,70	200,90	290/331
	Фрукты свежие (яблоко)	100,00	0,60	0,60	13,60	62,20	338
	Чай с сахаром	200,00	0,07	0,02	15,00	60,46	376
	Хлеб пшеничный в/с	55,00	4,40	0,55	27,00	130,55	пр
Итого за завтрак		705,00				647,21	
Обед							
	Салат из св.огурцов и св. помидоров	50,00	0,50	0,30	1,80	11,90	24
	Суп с картоф. с бобовыми (гороховый)	250,00	5,50	5,30	16,50	135,70	102
	Рыба тушеная с овощами	90,00	8,80	4,40	3,40	88,40	229
	Макаронные изделия отварные с слив.маслом	150,00	5,60	4,50	26,40	168,50	309
	Сок фруктовый	200,00	0,00	0,00	22,00	88,00	389
	Хлеб пшеничный	60,00	4,80	0,30	29,40	139,50	пр
	Коктейль молочный 1 шт	200,00	5,60	5,60	20,00	152,80	пр
Итого за обед		1000,00				784,80	
Полдник ГПД							
Полдник ГПД	Сок фруктовый "Смешарики" 1 шт	200,00	0,00	0,00	21,50	86,00	пр
	Пирожок с повидлом "Крымхлеб" 1 шт	80,00	4,00	4,00	5,50	74,00	пр
Итого за полдник							
Итого за день		280,00				160,00	
		1985,00				1592,01	

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергет. ценность	№ рецеп-ры
Неделя 1							
День 2							
Завтрак							
	Огурец свежий	30,00	0,20	0,00	0,60	3,20	71
	Омлет с маслом сливочным	111,00	10,80	19,50	2,10	227,10	210
	Бутерброд с маслом 40/5	45,00	2,70	8,40	16,70	153,20	1
	Какао с молоком	200,00	8,00	7,20	35,20	237,60	382
	Сок фруктовый 1 шт	200,00	0,00	0,00	22,00	88,00	389
Итого за завтрак		586,00				709,10	
Обед							
	Салат из свежих огурцов	50,00	0,90	2,50	3,50	40,10	20
	Борщ с картофелем и капустой бел.свежей	250,00	2,50	8,80	11,90	136,80	82
	Котлета из птицы с соусом (курица)	130,00	22,60	21,70	21,10	370,10	294
	Каша вязкая "Артек"	180,00	4,80	5,10	29,50	183,10	303
	Компот из сухофруктов	200,00	0,60	0,10	16,00	67,30	342
	Хлеб ржаной	30,00	3,20	1,20	15,90	87,20	пр
	Фрукты свежие (яблоко)	100,00	0,60	0,60	13,60	62,20	338
	Кондитерские изделия	30,00	2,80	8,60	28,20	201,40	пр
	Бутерброд с маслом и сыром	55,00	6,70	9,10	16,30	173,90	3
Итого за обед		1025,00				1322,10	
Полдник ПГД	Сок восстановленный 1 шт						
	Пирожок с яблоком "Крымхлеб" 1 шт	200,00	0,00	0,00	22,00	88,00	пр
		80,00	5,20	9,60	36,00	251,20	пр
Итого за полдник		280,00					
Итого за день		1891,00				339,20	
						2370,40	

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергет. ценность	№ рец-ры
Неделя 1							
День 3							
Завтрак							
	Каша молочная гречневая	250,00	11,30	16,30	44,00	367,90	183
	Бутерброд с маслом и сыром	80,00	9,80	13,30	23,80	254,10	3
	Напиток из плодов шиповника	200,00	0,60	0,20	20,80	87,40	388
	Фрукты свежие	100,00	0,60	0,60	13,60	62,20	338
Итого за завтрак		630,00				771,60	
Обед							
	Салат из помидоров и консервир. огурцов	70,00	0,60	4,30	3,40	54,70	26
	Суп с макаронными изделиями	250,00	2,80	3,50	17,50	112,70	259
	Рагу по-домашнему (курица)	220,00	20,60	49,30	27,50	636,10	289
	Чай с сахаром	200,00	0,07	0,02	15,00	60,46	376
	Хлеб пшеничный	30,00	2,40	0,30	14,70	71,10	пр
	Хлеб ржаной	30,00	3,20	1,20	15,90	87,20	пр
	Сок фруктовый 1 шт	200,00	0,00	0,00	22,00	88,00	
	Кондитерские изделия	30,00	2,80	8,50	28,20	200,50	пр
Итого за обед		1030,00				1310,76	
Полдник ГПД							
	Сок фруктовый "Смешарики" 1 шт	200,00	0,00	0,00	21,20	84,80	пр
	Пирожок с капустой "Крымхлеб" 1 шт	80,00	3,30	4,10	37,50	200,10	пр
Итого за полдник							
Итого за день		280,00				284,90	
		1940,00				2367,26	

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергет. ценность	№ рецеп-ры
Неделя 1							
День 4							
Завтрак							
	Салат из свежих помидор	55,00	0,70	3,40	2,50	43,40	23
	Рыба тушённая с овощами	100,00	9,70	4,90	3,80	98,10	229
	Картофель отварной	180,00	3,40	5,20	27,50	170,40	125
	Чай с сахаром	200,00	0,60	0,00	15,00	62,40	376
	Хлеб пшеничный в/с	40,00	3,20	0,40	19,50	94,40	пр
Итого за завтрак		575,00				468,70	
Обед							
	Салат из свеклы с конс. зелёным горошком	70,00	1,10	2,90	5,10	50,90	53
	Рассольник ленинградский	250,00	4,00	5,10	12,00	109,90	96
	Каша вязкая гречневая	180,00	5,60	5,90	24,70	174,30	303
	Фрикадельки куриные в сметанном соусе	100,00	7,70	9,40	7,10	143,80	297
	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	70,00	8,50	11,60	20,80	221,60	3
	Хлеб ржаной	30,00	3,20	1,20	15,90	87,20	пр
	Яйцо отварное	50,00	6,30	5,80	0,40	79,00	209
	Компот из сухофруктов	200,00	0,60	0,10	16,00	67,30	377
Итого за обед		950,00				934,00	
Полдник ГПД							
	Сок восстановленный 1 шт	200,00	0,00	0,00	22,00	88,00	пр
	Пирожок с картошкой "Крымхлеб" 1 шт	80,00	5,20	9,60	36,80	254,40	пр
Итого за полдник		280,00				342,40	
Итого за день		1805,00				1745,10	

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергет. ценность	№ рец-ры
Неделя 1							
День 5							
Завтрак							
	Помидор свежий	55,00	0,60	0,10	1,90	10,90	71
	Гуляш мясной (говядина) в соусе томат. с овощ.	50,0	2,70	7,10	0,80	77,90	260
	Макаронные изделия отварные	180,0	6,80	7,90	31,10	222,70	309
	Сок фруктовый	200,00	1,00	0,00	20,20	84,80	389
	Хлеб пшеничный в/с	30,00	2,40	0,30	14,70	71,10	пр
Итого за завтрак		515,00				467,40	
Обед							
	Огурец свежий	40,00	0,30	0,00	0,80	4,40	71
	Суп из овощей	250,00	1,50	4,30	9,00	80,70	99
	Котлеты из птицы (курица)	100,00	15,90	15,20	14,80	259,60	294
	Каша вязкая "Артек"	180,00	4,70	5,00	29,50	181,80	303
	Кофейный напиток	200,00	3,20	2,60	16,00	100,20	379
	Хлеб пшеничный	30,00	2,40	0,30	14,70	71,10	пр
	Хлеб ржаной	30,00	3,10	1,20	16,00	87,20	пр
	Фрукты свежие	100,00	0,60	0,60	13,60	62,20	338
	Сок фруктовый 1шт	200,00	0,00	0,00	22,00	88,00	389
	Кондитерские изделия	15,00	1,40	4,30	14,10	100,70	пр
Всего за обед		1145,00				1035,90	
Полдник ГПД							
	Сок фруктовый "Смешарики" 1 шт	200,00	0,00	0,00	22,00	88,00	пр
	Пирожок с повидлом "Крымхлеб" 1 шт	80,00	4,00	4,00	5,50	74,00	пр
Итого за полдник		280,00				162,00	
Всего за день		1940,00				1665,30	

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергет. ценность	№ рец-ры
Неделя 2							
День 6							
Завтрак							
	Блинчики с фрук. начинкой со сметаной	140,00	6,20	8,50	39,30	258,50	пр
	Сок фруктовый 1 шт	200,00	0,00	0,00	22,00	88,00	389
	Чай с сахаром	200,00	0,10	0,00	15,00	60,40	376
Итого за завтрак		540,00				406,90	
Обед							
	Салат из свежих помидоров	60,00	0,80	3,70	2,80	47,70	71
	Борщ из капусты с картофелем	250,00	2,50	8,80	11,80	136,40	82
	Печень говяжья туш. в соусе сметанном	100,00	14,00	9,80	4,20	161,00	261
	Каша вязкая рисовая	180,00	3,10	5,00	31,90	185,00	303
	Яйцо отварное	50,00	6,30	5,80	0,40	79,00	209
	Чай с сахаром	200,00	0,10	0,00	15,00	60,40	376
	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	60,00	7,30	10,00	17,80	190,40	3
	Хлеб ржаной	30,00	3,20	1,20	15,90	87,20	пр
Итого за обед		930,00				947,10	
Итого за обед		930,00				947,10	
полдник ГПД							
	Сок фруктовый "Смешарки" 1 шт	200,00	0,00	0,00	21,20	84,80	пр
	Пирожок с повидлом "Крымхлеб" 1 шт	80,00	4,00	4,00	5,50	74,00	376
Итого за полдник		280,00				158,80	
Итого за день		1750,00				1512,80	

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергет. ценность	№ рецеп-ты
Неделя 2							
День 7							
Завтрак							
	Салат из свежих огурцов	60,00	0,40	3,60	1,40	39,60	71
	Каша вязкая пшённая	180,00	5,00	5,90	28,80	188,30	303
	Гуляш мясной (говядина) в томатном соусе	50,00	2,60	7,10	0,80	77,50	260
	Кофейный напиток	200,00	3,20	2,60	16,00	100,20	379
	Хлеб пшеничный в/с	30,00	2,40	0,30	14,70	71,10	пр
Итого за завтрак		520,00				476,70	
Обед							
	Салат из капусты со свеж. огурцом	60,00	1,60	4,40	1,90	53,60	43
	Суп картофельный с макаронными изделиями	250,00	2,80	3,50	17,50	112,70	103
	Фрикадельки в соусе сметан.-томат. соусе (курица)	110,00	6,80	15,60	11,20	212,40	
	Пюре картофельное	180,00	3,80	5,80	24,50	165,40	297
	Чай с сахаром	200,00	0,10	0,00	15,00	60,40	312
	Хлеб пшеничный в/с	30,00	2,40	0,30	14,70	71,10	376
	Хлеб ржаной	30,00	3,20	1,20	15,90	87,20	пр
	Фрукты свежие (яблоко)	100,00	0,60	0,60	13,60	62,20	пр
	Сок фруктовый 1 шт	200,00	0,00	0,00	22,00	88,00	389
Итого за обед	Вафли "Золотце ты моё" 1 шт	20,00	2,00	5,70	18,80	134,50	пр
Полдник ГПД		1180,00				1047,50	
	Пирожок с яблоком "Крымхлеб" 1 шт	80,00	5,20	9,60	36,00	251,20	пр
	Сок восстановленный 1 шт	200,00	0,00	0,00	22,00	88,00	пр
Итого за полдник							
Итого за день		280,00				339,20	
		1980,00				1863,40	

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергет. ценность	№ рец-ры
Неделя 2							
День 8							
Завтрак							
	Салат из свеклы отварной	60,00	0,80	3,60	4,90	55,20	52
	Печень говяжья в смет. соусе	100,00	14,00	9,80	4,20	161,00	261
	Картофель отварной	180,00	3,40	5,20	27,50	170,40	310
	Хлеб пшеничный	40,00	3,20	0,40	19,60	94,80	пр
	Чай с сахаром	200,00	0,10	0,00	15,00	60,40	376
Итого за завтрак		580,00				541,80	
Обед							
	Салат из свежих помидоров и огурцов	70,00	0,60	0,40	2,50	16,00	21
	Суп с бобовыми (гороховый)	250,00	6,00	5,00	17,00	137,00	102
	Гуляш мясной (курица)	125,00	20,60	16,50	4,60	249,30	260
	Каша вязкая гречневая	180,00	5,60	5,90	24,70	174,30	303
	Хлеб пшеничный в/с	30,00	2,40	0,30	14,70	71,10	пр
	Хлеб ржаной	30,00	3,20	1,20	15,90	87,20	пр
	Компот из сухофруктов	200,00	0,60	0,10	16,00	67,30	377
	Фрукты свежие (яблоко) 1 шт	100,00	0,60	0,60	13,60	62,20	338
Итого за обед	Кондитерские изделия	30,00	3,00	8,60	28,20	202,20	пр
Полдник ГПД		1015,00				1066,60	
	Сок фруктовый "Смешарики" 1 шт	200,00	0,00	0,00	21,20	84,80	пр
	Пирожок с капустой "Крымхлеб" 1 шт	80,00	3,30	4,10	37,60	200,50	пр
Итого за полдник		280,00				285,30	
Итого за день		1875,00				1893,70	

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергет. ценность	№ рец-ры
Неделя 2							
День 9							
Завтрак							
	Каша молочная гречневая						
	Бутерброд с слиеоч. маслом и сыром 60/10/20	250,00	11,30	16,30	44,00	367,90	183
	Напиток из плодов шиповника	90,00	11,00	14,90	26,70	284,90	3
	Фрукты свежие (яблоко)	200,00	1,00	0,00	20,20	84,80	389
Итого за завтрак		100,00	0,60	0,60	13,60	62,20	338
		640,00				799,80	
Обед							
	Салат из свежей капусты						
	Рассольник "Ленинградский"	60,00	0,80	3,70	2,80	47,70	43
	Котлета рыбная в сметанном соусе	250,00	2,00	5,00	12,00	101,00	96
	Макароны отварные с маслом	100,00	8,70	7,30	12,50	150,50	234
	Сок фруктовый	180,00	6,70	5,40	31,70	202,20	309
	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	200,00	0,00	0,00	22,00	88,00	389
	Хлеб ржаной	60,00	7,30	10,00	17,80	190,40	3
	Фрукты свежие (яблоко) 1 шт	30,00	3,10	1,20	15,90	86,80	пр
Итого за обед		100,00	0,60	0,60	13,60	62,20	338
Полдник ГПД		980,00				928,80	
	Широжок с картошкой "Крымхлеб" 1 шт						
	Сок восстановленный 1 шт	80,00	5,20	9,60	36,80	254,40	пр
		200,00	0,00	0,00	22,00	88,00	пр
Итого за полдник							
Итого за день		280,00				342,40	
		1900,00				2071,00	

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергет. ценность	№ рецеп-ры
Неделя 2	5-11 классы СИРОТЫ ХАЛЯЛЬ						
День 10							
Завтрак							
	Запеканка из творога со сметаной	170,00	18,20	14,60	32,10	332,60	223
	Сок фруктовый 1 шт	200,00	0,00	0,00	22,00	88,00	389
	Кефир	200,00	5,80	5,00	8,00	100,20	386/пр
Итого за завтрак							
Обед		570,00				520,80	
	Салат из св. помидоров и огурцов	60,00	1,20	3,90	4,80	59,10	24
	Суп картофельный с гречкой	250,00	2,50	8,80	11,80	136,40	101
	Пюре картофельное	180,00	3,80	5,80	24,50	165,40	312
	Котлета "Московская" (говядина)	80,00	6,00	7,40	6,60	117,00	268
	Напиток из плодов шиповника	200,00	0,60	0,20	20,80	87,40	388
	Хлеб пшеничный	30,00	2,40	0,30	14,70	71,10	пр
	Хлеб ржаной	30,00	3,10	1,20	15,90	86,80	пр
	Сок фруктовый 1 шт	200,00	0,00	0,00	22,00	88,00	389
Итого за обед	Фрукты свежие (яблоко) 1 шт	100,00	0,60	0,60	13,60	62,20	338
Полдник ГПД		1130,00				873,40	
	Сок фруктовый "Смешарики" 1 шт	200,00	0,00	0,00	21,20	84,80	пр
	Пирожок с повидлом "Крымхлеб" 1 шт	80,00	4,00	4,00	5,50	74,00	пр
Итого за полдник		280,00					
Итого за день		1980,00				158,80	
						1553,00	