

СОГЛАСОВАНО

Начальник отдела образования
администрации города Джанкоя




А.А. Товма
«01» 09 2025г

УТВЕРЖДЕНО

Приказом № 193/01-19 от 01.09.2025 года
Директор МОУ «Средняя школа №1 им. А.А.
Драгомировой»




Н.А. Лоберштык
«01» сентября 2025г

**ЕДИНОЕ ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) 10-ДНЕВНОЕ МЕНЮ НА ВТОРОЕ ПОЛУГОДИЕ
2025-2026 УЧЕБНЫЙ ГОД
ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ БЕСПЛАТНОГО ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-4 КЛАССОВ
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ
ГОРОДА ДЖАНКОЯ РЕСПУБЛИКИ КРЫМ
«СРЕДНЯЯ ШКОЛА №1 им. А.А. ДРАГОМИРОВОЙ»**

1,2 смена

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Настоящее «Основное 10-дневное меню для организации питания обучающихся 1-4 классов (возрастная категория 7-11 лет) Муниципальное общеобразовательное учреждение «Средняя школа № 1 им. А.А.Драгомировой» города Джанкоя Республики Крым.

Столовая МОУ города Джанкоя- оснащена централизованным водоснабжением и индивидуальным отоплением. Пищеблок включает: обеденный зал, производственные цеха; горячий, холодный цех, овощной, складские помещения для хранения продуктов с холодильным оборудованием, подсобные комнаты.

Площадь обеденного зала в Муниципальном общеобразовательном учреждении города Джанкоя Республики Крым «Средняя школа №1 им. А.А. Драгомировой – 80 посадочных мест;

Обеденный зал оборудован мебелью. Столы ежедневно моются горячей водой с содой и мылом, а после каждого приема пищи протираются влажной чистой салфеткой.

Пищеблоки оснащены:

- горячий цех - электроплитой, пароконвектоматом, пищеварочный котел, холодильник для отбора суточных проб, для хранения продуктов, хлебный шкаф, протирачная машина, тестомесильная машина универсальная привод.
- холодный цех – электромясорубки, холодильника, производственные столы.
- овощной цех – овощерезка, картофелечистка, производственные столы.

Школьная столовая обеспечена столовой посудой и приборами, согласно норме оснащения в полном объеме. Посуда используется фарфоровая и стеклянная.

Питьевой режим обеспечивает питьевой фонтанчик.

Перед входом в столовую имеется 4 раковин для мытья рук с подводкой холодной и горячей воды.

Для мытья столовой посуды и столовых приборов предусмотрены: водонагреватели, посудомоечная машина, 5 односекционных ванн. Моющие и дезинфицирующие средства постоянно имеются в достаточном количестве.

В подсобных комнатах предусмотрены отдельные помещения для уборочного инвентаря и одежды работника кухни.

Весь персонал школьной столовой состоит в штате образовательного учреждения города Джанкоя.

ОСНОВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД
Возрастная категория 7-11 лет (завтрак)
1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Завтрак							
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	20	0,80	0,06	11,62	50,24	2	2008
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ	240/10	5,68	10,80	37,47	270,56	182	2011
ЙОГУРТ	200	5,60	5,00	9,02	113,02		2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19		2008
Итого за прием пищи:	500	14,07	16,12	70,83	495,01		
Всего за день:		14,07	16,12	70,83	495,01		

2 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Завтрак							
ГОВЯДИНА В КИСЛО-СЛАДКОМ СОУСЕ	90	13,73	15,97	4,74	217,58	264	2008
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	160	5,80	4,68	37,04	213,65	203	2011
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,31	2,43	26,62	142,20	379	2011
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79		2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05		2008
Итого за прием пищи:	500	26,45	23,45	91,93	685,27		
Всего за день:		26,45	23,45	91,93	685,27		

3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	90	11,89	2,07	7,83	97,89	240	2011
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	160	3,14	8,90	22,53	183,19	128	2011
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	180	0,87	0,17	17,63	75,08	389	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,82	0,31	25,09	118,41		2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79		2008
Итого за прием пищи:	500	21,04	11,63	81,56	515,36		
Всего за день:		21,04	11,63	81,56	515,36		

4 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	70	1,06	3,46	6,46	61,84	45	2011
СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	90	15,08	8,03	11,87	194,77	к/к	к/к
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	160	4,77	5,56	21,53	155,10	324	2008
КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,75	3,01	24,41	141,00	382	2011
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19		2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,05	0,25	20,07	94,73		2008
Итого за прием пищи:	590	29,70	20,57	97,06	708,63		
Всего за день:		29,70	20,57	97,06	708,63		

5 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (1 ВАРИАНТ)	70/20	9,85	11,91	8,69	181,32	278	2011
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,03	12,89	21,26	213,56	128	2011
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	19,36	77,41	349	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,67	0,22	17,56	82,89		2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99		2008
Итого за прием пищи:	500	17,21	25,24	77,47	606,17		
Всего за день:		17,21	25,24	77,47	606,17		

6 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ	200	5,98	14,73	31,81	283,37	182	2011
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА,ЙОГУРТ)	180	5,40	1,80	7,56	72,00	435	2008
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,39	0,39	9,51	45,59	338	2011
ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	0,99	0,13	6,36	30,59		2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,05	0,25	20,07	94,73		2008
Итого за прием пищи:	535	15,81	17,30	75,31	526,28		
Всего за день:		15,81	17,30	75,31	526,28		

7 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ	100	13,07	2,18	8,47	106,12	240	2011
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	160	3,18	6,55	22,61	162,52	128	2011
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	180	0,87	0,17	17,63	75,08	389	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05		2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19		2008
Итого за прием пищи:	500	21,40	9,35	76,48	475,96		
Всего за день:		21,40	9,35	76,48	475,96		

8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	90	17,51	15,68	14,60	269,40	294	2011
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,48	6,01	14,72	129,14	139	2011
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	250	0,19	0,01	19,86	81,75	377	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,05	0,25	20,07	94,73		2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99		2008
Итого за прием пищи:	555	25,89	22,17	79,85	626,01		
Всего за день:		25,89	22,17	79,85	626,01		

9 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ	65/30	9,04	10,31	7,95	160,79	289	2011
ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ (1 ВАРИАНТ)	150	3,44	10,53	14,70	168,24	317	2011
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	195	0,00	0,00	18,88	75,47	349	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05		2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19		2008
Итого за прием пищи:	500	16,76	21,29	69,30	536,74		
Всего за день:		16,76	21,29	69,30	536,74		

10 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Завтрак							
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	140/20	17,92	14,15	36,18	349,06	222	2011
ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,10	0,00	8,92	36,04	376	2011
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	90	0,35	0,35	8,56	41,03	338	2011
ПЕЧЕНЬЕ	20	1,50	1,96	14,88	83,40		2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36		2008
Итого за прием пищи:	505	21,40	16,58	78,58	556,89		
Всего за день:		21,40	16,58	78,58	556,89		

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Итого за весь период	209,73	183,70	798,37	5 732,32
Среднее значение за период	20,97	18,37	79,84	573,23
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности	14.6	28.8	56.6	

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Возраст детей	Завтрак
Завтрак 1-4 2025-2026	519

Примечание: замена овощей по сезону.