

СОГЛАСОВАНО

Начальник отдела образования
администрации города Джанкоя


А.А. Товма
« 01 » 09 2025г

УТВЕРЖДЕНО

Приказом № 193/01-19 от 01.09.25 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 ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5-11 КЛАССОВ ЛЬГОТНОЙ КАТЕГОРИИ
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ
ГОРОДА ДЖАНКОЯ РЕСПУБЛИКИ КРЫМ «СРЕДНЯЯ ШКОЛА №1 им. А.А. ДРАГОМИРОВОЙ»**

(завтрак, обед)

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, протирочная 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 от 12 лет и старше (завтрак)
1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	40	1,61	0,12	23,24	100,48	2	2008
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ КРУПЫ РИСОВОЙ	250/10	6,04	11,97	40,99	296,61	182	2011
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(РЯЖЕНКА,КЕФИР,ЙОГУРТ)	200	6,00	2,00	8,40	80,00	435	2008
ПЕЧЕНЬЕ	40	3,00	3,92	29,76	166,80		2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19		2008
Итого за прием пищи:	570	18,64	18,27	115,11	705,08		
Всего за день:		18,64	18,27	115,11	705,08		

2 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
ГОВЯДИНА В КИСЛО-СЛАДКОМ СОУСЕ	71	10,83	12,64	3,81	172,37	264	2008
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,44	4,48	34,78	201,38	209	2008
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,91	2,24	14,83	91,73	378	2011
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,39	0,39	9,51	45,59	338	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:	581	23,85	20,20	90,70	643,31		
Всего за день:		23,85	20,20	90,70	643,31		

3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Угледо-ды, г			
Завтрак							
ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	90	13,67	10,03	8,24	178,29	235	2011
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,15	5,24	21,37	145,67	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:	480	21,97	15,89	75,01	531,28		
Всего за день:		21,97	15,89	75,01	531,28		

4 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Завтрак							
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	1,50	4,93	8,75	86,32	45	2011
СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	100	18,35	10,10	13,20	235,29	к/к	к/к
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	180	5,36	6,20	24,20	173,79	324	2008
КАКАО С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	200	2,99	3,09	20,10	120,94	382	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05		2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79		2008
Итого за прием пищи:	630	31,81	24,69	89,78	728,18		
Всего за день:		31,81	24,69	89,78	728,18		

5 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	50	0,53	0,10	1,82	11,52	20	2011
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (1 ВАРИАНТ)	88	11,75	14,15	10,32	215,57	278	2011
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,15	5,24	21,37	145,67	128	2011
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	17,43	69,67	349	2011
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19		2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,82	0,31	25,09	118,41		2008
Итого за прием пищи:	548	21,24	20,06	88,75	622,03		
Всего за день:		21,24	20,06	88,75	622,03		

6 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	35	1,96	8,41	12,63	134,01	1	2011
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ	200/5	5,63	6,70	29,68	201,24	416	2011
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(РЯЖЕНКА,КЕФИР,ЙОГУРТ)	190	5,70	1,90	7,98	76,00	435	2008
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,39	0,39	9,51	45,59	338	2011
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19		2008
Итого за прием пищи:	560	15,67	17,66	72,52	518,03		
Всего за день:		15,67	17,66	72,52	518,03		

7 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	50	0,38	0,05	1,20	6,72	20	2011
ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ	100	13,52	1,69	10,82	113,09	240	2011
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,37	4,31	22,97	144,60	128	2011
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	180	0,87	0,17	17,63	75,08	389	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,05	0,25	20,07	94,73		2008
Итого за прием пищи:	520	21,19	6,47	72,69	434,22		
Всего за день:		21,19	6,47	72,69	434,22		

8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	100	1,06	0,19	3,65	23,05	20	2011
ПТИЦА ОТВАРНАЯ	90/30	19,23	20,33	2,58	274,30	288	2011
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	160	3,71	6,42	15,71	137,76	139	2011
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,12	0,00	7,02	28,54	376	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,05	0,25	20,07	94,73		2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79		2008
Итого за прием пищи:	640	28,49	27,37	57,51	599,17		
Всего за день:		28,49	27,37	57,51	599,17		

9 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ	80/20	12,64	10,29	9,92	182,80	289	2011
ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ (РАГУ)	150	5,49	5,57	28,63	187,51	317	2011
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	17,43	69,67	349	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,82	0,31	25,09	118,41		2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19		2008
Итого за прием пищи:	510	23,94	16,43	93,79	619,58		
Всего за день:		23,94	16,43	93,79	619,58		

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	155/20	26,34	16,69	48,66	458,26	222	2011
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	8,04	32,55	376	2011
ПЕЧЕНЬЕ	20	1,50	1,96	14,88	83,40		2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,05	0,25	20,07	94,73		2008
Итого за прием пищи:	415	30,99	18,90	91,65	668,94		
Всего за день:		30,99	18,90	91,65	668,94		

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Итого за весь период	237,79	185,94	847,51	6 069,82
Среднее значение за период	23,78	18,59	84,75	606,98
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности	15.7	27.6	56.7	

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Возраст детей	Завтрак
Завтрак 5-11 2025-2026	545

Примечание: замена овощей по сезону.