

УТВЕРЖДЕНО

Директор МОУ «Средняя школа №1 им.
А.А. Драгомировой»


Н.А. Лоберштык

« 12 » 01 2026г

**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 5-11 классов льготной категории (возрастной категория от 12 лет и старше)

- Муниципальное общеобразовательное учреждение города Джанкоя Республики Крым «Средняя школа №1» им. А.А. Драгомировой.

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.

Пищеблок оснащен:

- 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 - бутилированная емкость с одноразовыми стаканчиками, имеется 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							
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ КРУПЫ РИСОВОЙ	250/10	6,04	12,49	40,99	301,33	182	2011
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(РЯЖЕНКА,КЕФИР,ЙОГУРТ)	180	5,40	1,80	7,56	72,00	435	2008
ПЕЧЕНЬЕ	40	3,00	3,92	29,76	166,80		2008
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	40	1,61	0,12	23,24	100,48	2	2008
Итого за прием пищи:	520	16,05	18,33	101,55	640,61		
Всего за день:		16,05	18,33	101,55	640,61		

2 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Завтрак							
ГОВЯДИНА В КИСЛО-СЛАДКОМ СОУСЕ	70	10,69	12,42	3,81	169,76	264	2008
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,43	3,04	34,76	188,32	209	2008
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,83	2,18	15,43	93,29	379	2011
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	90	0,35	0,35	8,56	41,03	338	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:	540	22,91	18,36	86,09	604,24		
Всего за день:		22,91	18,36	86,09	604,24		

3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Завтрак							
ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	90	13,67	10,03	8,24	178,29	235	2011
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,14	3,84	21,35	132,97	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	20	1,32	0,18	8,48	40,79		2008
Итого за прием пищи:	470	21,29	14,41	70,75	498,18		
Всего за день:		21,29	14,41	70,75	498,18		

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	100	1,51	4,94	9,23	88,36	45	2011
СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	90	16,51	7,97	11,87	201,64	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:	620	29,98	22,57	88,93	696,57		
Всего за день:		29,98	22,57	88,93	696,57		

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)	88	11,75	14,15	10,32	215,57	278	2011
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,14	4,24	21,36	136,60	128	2011
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	17,43	69,67	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:	478	19,17	18,84	76,88	554,08		
Всего за день:		19,17	18,84	76,88	554,08		

6 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Завтрак							
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	1,68	7,23	10,81	115,01	1	2011
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ	200/5	5,64	7,02	29,68	204,14	416	2011
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(РЯЖЕНКА,КЕФИР,ЙОГУРТ)	170	5,10	1,70	7,14	68,00	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:	535	14,80	16,60	69,86	493,93		
Всего за день:		14,80	16,60	69,86	493,93		

7 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	50	0,39	0,05	0,82	6,31	20	2011
ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ	90	12,17	1,52	9,74	101,77	240	2011
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,36	2,87	22,96	131,54	128	2011
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	175	0,85	0,17	17,14	72,99	389	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:	515	20,38	4,98	74,19	424,45		
Всего за день:		20,38	4,98	74,19	424,45		

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	90	1,31	6,14	5,31	82,07	73	2011
КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	150	4,12	3,02	24,26	140,66	184	2008
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	15,79	19,24	14,73	294,92	294	2011
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,12	0,00	7,02	28,54	376	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:	620	27,15	28,97	89,13	725,79		
Всего за день:		27,15	28,97	89,13	725,79		

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	80/20	12,64	10,29	9,92	182,80	289	2011
ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ (РАГУ)	140	5,11	3,54	26,67	159,86	317	2011
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	17,43	69,67	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:	480	22,03	14,28	81,79	544,57		
Всего за день:		22,03	14,28	81,79	544,57		

10 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Завтрак							
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	140/15	24,01	13,97	44,00	405,06	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	30	2,29	0,19	15,05	71,05		2008
Итого за прием пищи:	385	27,90	16,12	81,97	592,06		
Всего за день:		27,90	16,12	81,97	592,06		

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Итого за весь период	221,66	173,46	821,14	5 774,48
Среднее значение за период	22,17	17,35	82,11	577,45
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности	15,4	27,0	57,6	

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Возраст детей	Завтрак
Завтрак 5-11 2026 год	516

Примечание: замена овощей по сезону.