

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 (обед)
1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Обед							
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	85	0,66	0,08	1,40	10,72	20	2011
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ	250	2,68	2,80	18,38	109,97	112	2011
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	15,41	18,86	14,73	290,03	294	2011
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	160	3,71	6,42	15,72	137,80	139	2011
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,10	0,00	8,92	36,04	376	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:	865	27,70	28,65	92,72	743,76		
Всего за день:		27,70	28,65	92,72	743,76		

2 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Обед							
БОРЩ	250	1,58	4,94	9,53	89,70	83	2011
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ	90	14,39	15,68	13,25	251,43	268	2011
КАША ВЯЗКАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	180	5,31	5,79	24,00	169,15	414	2011
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,10	0,00	8,92	36,04	376	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:	790	26,52	26,90	89,27	705,52		
Всего за день:		26,52	26,90	89,27	705,52		

3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Обед							
СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250	5,76	3,39	16,39	119,55	87	2011
ПТИЦА, ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ	110/30	8,18	11,61	8,08	169,69	290	2011
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	0,97	0,19	19,59	83,42	389	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:	670	20,72	15,76	81,87	552,26		
Всего за день:		20,72	15,76	81,87	552,26		

4 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Обед							
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	2,22	5,22	16,42	122,17	96	2011
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ	89	14,20	15,44	13,10	247,91	268	2011
КАША ВЯЗКАЯ АРТЕК	150	4,04	3,42	23,81	142,05	184	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,10	0,00	8,92	36,04	376	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:	759	25,70	24,57	95,82	707,37		
Всего за день:		25,70	24,57	95,82	707,37		

5 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	60	0,47	0,06	0,99	7,57	20	2011
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	250	2,44	2,89	19,25	113,20	97	2008
РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	100	9,57	5,49	4,98	108,42	229	2011
КАША ВЯЗКАЯ ПШЕННАЯ	150	4,07	4,16	24,84	153,06	417	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:	810	22,56	13,26	101,26	616,53		
Всего за день:		22,56	13,26	101,26	616,53		

6 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ РИСОВОЙ	250	2,05	2,79	16,88	101,18	101	2011
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	12,18	13,37	2,22	178,11	210	2011
СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	42	9,21	3,73	3,24	93,12	к/к	к/к
КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,38	2,71	21,97	126,90	382	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:	662	31,96	23,09	77,88	658,51		
Всего за день:		31,96	23,09	77,88	658,51		

7 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	50	0,73	3,41	2,95	45,59	20	2011
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	250	1,81	5,10	10,75	96,66	99	2011
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	160	18,28	17,16	37,71	378,59	291	2011
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	6,30	25,59	376	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:	710	26,06	26,16	91,28	705,63		
Всего за день:		26,06	26,16	91,28	705,63		

8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ	250	2,02	5,11	15,10	115,03	83	2011
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ	88	14,04	15,33	12,94	245,68	268	2011
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150	5,46	4,88	34,85	205,34	203	2011
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	6,30	25,59	376	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:	738	26,76	25,81	102,76	750,84		
Всего за день:		26,76	25,81	102,76	750,84		

9 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	1,49	4,94	9,11	87,72	45	2011
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	250	2,29	3,69	14,61	101,06	108	2011
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	130/20	14,53	15,00	16,81	260,57	259	2011
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	6,30	25,59	376	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:	750	23,55	24,12	80,40	634,14		
Всего за день:		23,55	24,12	80,40	634,14		

10 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250	1,86	5,04	9,12	90,28	88	2011
СУФЛЕ РЫБНОЕ (ПАРОВОЕ)	90	14,34	4,95	1,98	110,33	250	2008
КАША ВЯЗКАЯ РИСОВАЯ	160	2,33	2,73	24,50	131,91	415	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:	750	24,54	13,38	86,80	566,80		
Всего за день:		24,54	13,38	86,80	566,80		

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Итого за весь период	256,07	221,70	900,06	6 641,36
Среднее значение за период	25,61	22,17	90,01	664,14
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности	15,4	30,0	54,6	

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Возраст детей	Обед
Обед 5-11 2026 год	750

Примечание: замена овощей по сезону.