

СОГЛАСОВАНО

Начальник отдела образования
администрации города Джанкоя



А.А. Товма
« 09 » 01 2025г

УТВЕРЖДЕНО

Приказом № 07/01-19 от 09.01.2025 года
Директор МОУ «Средняя школа №1 им. А.А.
Драгомировой»



Н.А. Лоберштык
« 09 » 01 2025г

**ЕДИНОЕ ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) 10-ДНЕВНОЕ МЕНЮ НА ВТОРОЕ ПОЛУГОДИЕ
2024-2025 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, 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 7-11 лет

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	35	1,09	3,60	18,16	109,43	2	2008
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ	250/10	5,91	12,77	38,99	295,34	182	2011
ЙОГУРТ	200	5,60	5,00	9,02	113,02		2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1,19	0,16	7,63	36,71		2008
Итого за прием пищи:	513	13,79	21,53	73,80	554,50		
Всего за день:		13,79	21,53	73,80	554,50		

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	90	13,73	15,97	4,74	217,58	264	2008
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150/3	5,46	4,88	34,85	205,34	203	2011
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,98	2,18	23,96	127,98	379	2011
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,39	0,39	9,51	45,59	338	2011
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79		2008
Итого за прием пищи:	543	23,88	23,60	81,54	637,28		
Всего за день:		23,88	23,60	81,54	637,28		

3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	65/45	10,95	7,61	8,62	152,08	235	2011
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,03	12,89	21,26	213,56	128	2011
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	0,97	0,19	19,59	83,42	389	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,05	0,25	20,07	94,73		2008
Итого за прием пищи:	500	18,00	20,94	69,54	543,79		
Всего за день:		18,00	20,94	69,54	543,79		

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	60	0,91	2,96	5,54	53,02	45	2011
СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	100	16,76	8,93	13,19	216,43	к/к	к/к
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	4,47	5,21	20,20	145,39	324	2008
КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,38	2,71	21,97	126,90	382	2011
ХЛЕБ РЖАНОЙ	24	1,59	0,21	10,17	48,95		2008
Итого за прием пищи:	514	27,11	20,02	71,07	590,69		
Всего за день:		27,11	20,02	71,07	590,69		

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)	90/20	12,02	14,52	10,57	220,94	278	2011
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150/3	3,03	12,89	21,26	213,56	128	2011
КИСЕЛЬ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,01	0,00	29,30	117,18	354	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36		2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79		2008
Итого за прием пищи:	503	17,91	27,71	79,65	639,83		
Всего за день:		17,91	27,71	79,65	639,83		

6 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 СЫРОМ И МАСЛОМ	35	4,65	8,64	7,57	127,52	3	2008
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ	200/10	5,98	14,73	31,81	283,37	182	2011
ЙОГУРТ	200	5,60	5,00	9,02	113,02		2008
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,39	0,39	9,51	45,59	338	2011
ХЛЕБ РЖАНОЙ	23	1,52	0,20	9,75	46,91		2008
Итого за прием пищи:	568	18,14	28,96	67,66	616,41		
Всего за день:		18,14	28,96	67,66	616,41		

7 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углевод-ы, г			
Завтрак							
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,83	3,54	4,87	54,61	33	2011
ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ	90	11,89	3,67	7,85	112,34	240	2011
ПУРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,03	12,89	21,26	213,56	128	2011
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	0,97	0,19	19,59	83,42	389	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	19	1,45	0,12	9,53	45,00		2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	19	1,26	0,17	8,05	38,75		2008
Итого за прием пищи:	538	19,43	20,58	71,15	547,68		
Всего за день:		19,43	20,58	71,15	547,68		

8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углевод-ы, г			
Завтрак							
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100/5	20,87	21,43	16,37	341,61	294	2011
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,48	6,01	14,72	129,14	139	2011
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/15/7	0,16	0,01	15,90	65,44	377	2011
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,39	0,39	9,51	45,59	338	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,91	0,16	12,55	59,21		2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,32	0,31	14,84	71,39		2008
Итого за прием пищи:	637	29,13	28,31	83,89	712,38		
Всего за день:		29,13	28,31	83,89	712,38		

9 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
СОЛЕННЫЕ ОГУРЦЫ	60	0,41	0,05	0,88	6,73	21	2011
ПИТОЧКИ ПАРОВЫЕ	60/50	8,63	9,83	7,56	153,33	289	2011
ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ (1 ВАРИАНТ)	150	3,45	12,93	14,72	190,01	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	23	1,52	0,20	9,75	46,91		2008
Итого за прием пищи:	553	16,30	23,20	65,39	537,70		
Всего за день:		16,30	23,20	65,39	537,70		

10 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Угледо-ды, г			
Завтрак							
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) С МОЛОКОМ	125/30	17,31	15,69	40,68	378,15	222	2011
ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,10	0,00	8,92	36,04	376	2011
ФРУКТЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,39	0,39	9,51	45,59	338	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36		2008
ПЕЧЕНЬЕ	10	0,75	0,98	7,44	41,70		2008
Итого за прием пищи:	500	20,08	17,18	76,59	548,84		
Всего за день:		20,08	17,18	76,59	548,84		

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Итого за весь период	203,77	232,03	740,28	5 929,10
Среднее значение за период	20,38	23,20	74,03	592,91
Содержание белков, жиров, углеводов	13.7	35.2	51.1	

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Возраст детей	Завтрак
Завтрак 1-4 2025 год	537

Примечание: замена овощей по сезону.