

**Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Крымская школа» Джанкойского района Республики Крым
(МОУ «Крымская школа»)**

ПРИКАЗ

31.08.2026 г

с. Крымка

№ 340

Об утверждении 10-дневного меню (завтрак 7-11 лет,
обед 7-11 лет, завтрака 12-17 лет, обед 12-17 лет)
в МОУ «Крымская школа» в 2026 году

Во исполнение приказа управления образования, молодежи и спорта администрации Джанкойского района от 20.08.2026г. № 291/01-03(б) «Об организации питания в общеобразовательных и дошкольных учреждениях Джанкойского района на 2026-2027 учебный год»

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Утвердить примерное 10-дневное меню в 2026 году:
 - 1.1. Примерное меню для 7-11 лет (завтрак и обед) (Приложение 1);
 - 1.2. Примерное меню для 12-17 лет (завтрак и обед) (Приложение 2);
2. Заместителю директора по ВР, А.Э.Р., назначить ответственной за соблюдение примерного десятидневного меню школьной столовой.
3. Поварам С.Э.С., Г.Э.С. школьной столовой следовать утверждённому примерному десятидневному меню.
4. В случае замены блюда составлять акт замены согласно Приложению 3.
5. Заместителю директора по ВР, А.Э.Р., меню разместить на сайте школы.

Директор

Л. Н. Четвернина

Примерное десятидневное меню (завтрак и обед 7-11 лет)
в МОУ «Крымская школа» в 2026 году

1 день

	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	20	2,4	6,7	14,9	130,0
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	150/5/15	9,1	8,5	36,0	255,2
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7/7	0,2	0,0	7,0	30,2
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,3	19,7	94,0
	СОЛЬ НА ВЕСЬ РАЦИОН	1	0,0	0,0	0,0	0,0
Итого за прием пищи:			14,8	15,5	77,6	509,4
Стоимость, руб			60,00 руб.			
	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед	ОГУРЦЫ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ	20	1,4	5,9	7,5	89,7
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200/5	1,4	4,7	7,9	79,9
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ С СОУСОМ	100	12,5	11,5	13,0	204,9
	КАША ВЯЗКАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ	160	4,8	5,6	21,6	154,4
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,0	7,0	30,3
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,1	0,2	13,8	65,8
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,6	1,0	14,5	77,7
	СОЛЬ НА ВЕСЬ РАЦИОН	1	0,0	0,0	0,0	0,0
	Итого за прием пищи:		25,0	28,9	85,3	705,7
Стоимость, руб.			85,55 руб.			

2 день

	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ С СОУСОМ	90	7,6	7,0	7,1	121,5
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,9	4,3	23,9	145,7
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	1,0	0,2	20,2	92,0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	34	2,6	0,3	16,7	79,9
	СОЛЬ НА ВЕСЬ РАЦИОН	1	0,0	0,0	0,0	0,0
Итого за прием пищи:			14,4	12,1	74,8	472,0
Стоимость, руб			60,00 руб.			
	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С КУРАГОЙ И ИЗЮМОМ	40	3,2	4,7	6,0	79,1
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	200	3,2	4,1	18,5	123,6
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ	90	12,4	12,8	11,8	211,7
	КАПУСТА ТУШЕННАЯ	150	3,5	3,9	15,3	112,0
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	6	1,6	2,0	0,0	37,8
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,1	0,2	13,8	65,8
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,1	0,1	9,5	40,7
	СОЛЬ НА ВЕСЬ РАЦИОН	1	0,0	0,0	0,0	0,0
	Итого за прием пищи:		26,1	27,8	74,9	705,2
Стоимость, руб.			85,55 руб.			

3 день

	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ С М/С	200/10	6,0	12,6	31,9	265,4
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		7,0	30,3
	БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	60	5,2	3,5	19,7	154,8
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,7	0,7	9,7	51,8
	СОЛЬ НА ВЕСЬ РАЦИОН	1	0,0	0,0	0,0	0,0
Итого за прием пищи:			13,1	16,8	83,5	538,3
Стоимость, руб			60,00 руб.			
	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ	200/5	1,5	4,8	5,6	71,7
	ПТИЦА ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	100	13,3	16,2	3,4	212,7
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	155	3,3	5,0	22,3	147,1
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,1	0,1	9,5	40,7
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,1	0,2	13,8	65,8
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	3,0	1,2	16,9	90,7
	СОЛЬ НА ВЕСЬ РАЦИОН	1	0,0	0,0	0,0	0,0
Итого за прием пищи:			23,8	28,0	82,8	708,8
Стоимость, руб.			85,55 руб.			

4 день

	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак	МАКАРОННИК С СУБПРОДУКТАМИ	170	20,9	13,5	37,0	354,0
	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,1	0,1	7,2	30,8
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,3	19,7	94,0
	СОЛЬ НА ВЕСЬ РАЦИОН	1	0,0	0,0	0,0	0,0
Итого за прием пищи:			24,1	13,9	63,9	478,8
Стоимость, руб			60,00 руб.			
	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	200,5	1,6	4,9	9,0	85,3
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ С СОУСОМ	97	12,5	12,0	12,5	208,0
	КАША ВЯЗКАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ	150	3,9	4,1	24,4	150,5
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,0	7,0	30,3
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	44	3,4	0,4	21,6	103,4
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,6	1,0	14,5	77,7
	СОЛЬ НА ВЕСЬ РАЦИОН	1	0,0	0,0	0,0	0,0
	Итого за прием пищи:		24,8	22,9	119,4	714,5
Стоимость, руб.			85,55 руб.			

5 день

Завтрак	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	

	ПТИЦА ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	100	13,3	16,2	3,4	212,7
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	160	3,3	5,1	22,9	151,3
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,0	7,0	30,3
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	14,8	70,5
	СОЛЬ НА ВЕСЬ РАЦИОН	1	0,0	0,0	0,0	0,0
Итого за прием пищи:			19,1	21,5	48,1	464,8
Стоимость, руб			60,00 руб.			
Обед	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	60	0,9	3,7	4,9	56,1
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	200/5	2,0	4,9	13,2	107,2
	РЫБА ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	120	12,0	2,3	5,9	93,0
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,4	4,4	34,9	200,8
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,0	0,2	20,2	92,0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,3	19,7	94,0
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	23	2,0	0,8	11,1	59,6
Итого за прием пищи:			26,4	16,6	109,9	705,7
Стоимость, руб.			85,55 руб.			

6 день

Завтрак	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ С М/С	200/10	6,0	9,8	31,8	239,8
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	14	3,2	4,1	0,0	51,0
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	180	1,0	0,2	20,2	92,0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	27	2,1	0,2	13,3	63,5
Итого за прием пищи:			12,8	14,2	89,3	493,3
Стоимость, руб			60,00 руб.			
Обед	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ И СЫРОМ	52	4,7	6,0	19,8	152,6
	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ	200	1,8	4,1	9,7	82,3
	ЗАПЕКАНКА (РУЛЕТ) КАРТОФЕЛЬНАЯ С СУБПРОДУКТАМИ	110	12,1	7,5	18,6	190,6
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,4	2,7	11,4	84,0
Итого за прием пищи:			25,9	22,4	96,3	694,7
Стоимость, руб.			85,55 руб.			

7 день

Завтрак	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ	95/40	17,7	13,2	21,3	277,4
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7/7	0,2	0,0	7,0	30,2
Итого за прием пищи:			17,9	13,2	28,3	307,6
Стоимость, руб.			85,55 руб.			

	СОЛЬ НА ВЕСЬ РАЦИОН	1	0,0	0,0	0,0	0,0
Итого за прием пищи:			20,2	13,4	42,4	375,3
Стоимость, руб			60,00 руб.			
Обед	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ РИСОВОЙ	200	1,7	2,1	13,7	81,1
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	19,6	25,7	35,9	452,6
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ ЯБЛОКИ	180	0,1	0,1	9,5	40,7
	ЯБЛОКИ	100	0,4	0,4	9,8	47,0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	41	3,1	0,3	20,2	96,4
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	3,2	1,3	18,4	98,4
Итого за прием пищи:			28,0	30,9	107,5	816,1
Стоимость, руб.			85,55 руб.			

8 день

Завтрак	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	63	16,1	16,2	0,3	211,0
	КАПУСТА ТУШЕННАЯ	150	3,5	3,9	15,3	112,0
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1	0,0	6,1	25,1
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,2	0,2	14,3	68,2
Итого за прием пищи:			21,9	20,3	36,0	416,3
Стоимость, руб			60,00 руб.			
Обед	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	1,6	4,0	10,4	84,5
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ С СОУСОМ	90/60	15,1	18,5	17,5	299,2
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,4	4,4	34,9	200,8
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,0	7,0	30,3
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3,4	0,4	22,1	105,8
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,6	1,0	14,5	77,7
Итого за прием пищи:			28,3	28,3	106,4	798,3
Стоимость, руб.			85,55 руб.			

9 день

Завтрак	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С МАСЛОМ	106/10	10,9	19,6	2,2	327,3
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,7	0,1	18,2	77,4
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	26	2,0	0,2	12,8	61,1
Итого за прием пищи:			13,6	19,9	33,2	487,3
Стоимость, руб			60,00 руб.			

	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1,0	3,0	5,5	54,0
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	200	3,2	4,2	18,5	123,9
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	180	13,5	12,6	19,2	243,5
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2	0,0	7,0	30,3
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	55	4,2	0,4	27,1	129,3
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,6	1,0	14,5	77,7
	СОЛЬ НА ВЕСЬ РАЦИОН	1	0,0	0,0	0,0	0,0
Итого за прием пищи:			24,7	21,2	91,8	658,7
Стоимость, руб.			85,55 руб.			

10 день

	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ И ПОВИДЛОМ	25	3,4	7,7	15,9	152
	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ	200	5,1	8,4	32,2	224
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7/7	0,2	0,0	7,0	30,2
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	37	2,8	0,3	18,2	87,0
	СОЛЬ НА ВЕСЬ РАЦИОН	1	0,0	0,0	0,0	0,0
Итого за прием пищи:			11,5	16,4	73,3	493,3
Стоимость, руб			60,00 руб.			
	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	30	5,3	6,3	2,8	88,9
	ЩИ ИЗ ВСЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ	200/5	1,5	4,8	5,6	71,7
	РЫБА ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	100	12,0	4,0	7,0	154,0
	КАША ВЯЗКАЯ ИЗ РИСА	150	2,2	4,0	7,0	154,0
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	192	1,0	0,2	19,4	88,3
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,7	0,3	17,2	82,3
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	33	2,8	1,1	15,9	85,5
	СОЛЬ НА ВЕСЬ РАЦИОН	1	0,0	0,0	0,0	0,0
Итого за прием пищи:			27,5	20,7	91,2	709,1
Стоимость, руб.			85,55 руб.			

Приложение 2
К приказу от 31.08.2026 г №_____

Примерное десятидневное меню (завтрак и обед 12-17лет)
в МОУ «Крымская школа» в 2026 году

1 день

	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	20	2,4	6,7	14,9	130,0
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	150/5/15	9,1	8,5	36,0	255,2
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7/7	0,2	0,0	7,0	30,2
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,3	19,7	94,0

	СОЛЬ НА ВЕСЬ РАЦИОН	1	0,0	0,0	0,0	0,0
Итого за прием пищи:			14,8	15,5	77,6	509,4
Стоимость, руб			60,00 руб.			
Обед	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
	ОГУРЦЫ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ	20	1,4	5,9	7,5	89,7
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200/5	1,4	4,7	7,9	79,9
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ С СОУСОМ	100	12,5	11,5	13,0	204,9
	КАША ВЯЗКАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ	160	4,8	5,6	21,6	154,4
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,0	7,0	30,3
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,1	0,2	13,8	65,8
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,6	1,0	14,5	77,7
Итого за прием пищи:			25,0	28,9	85,3	705,7
Стоимость, руб.			85,55 руб.			

2 день

Завтрак	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ С СОУСОМ	90	7,6	7,0	7,1	121,5
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,9	4,3	23,9	145,7
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	1,0	0,2	20,2	92,0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	34	2,6	0,3	16,7	79,9
Итого за прием пищи:			14,4	12,1	74,8	472,0
Стоимость, руб			60,00 руб.			
Обед	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С КУРАГОЙ И ИЗЮМОМ	40	3,2	4,7	6,0	79,1
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	200	3,2	4,1	18,5	123,6
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ	90	12,4	12,8	11,8	211,7
	КАПУСТА ТУШЕННАЯ	150	3,5	3,9	15,3	112,0
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	6	1,6	2,0	0,0	37,8
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,1	0,2	13,8	65,8
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,1	0,1	9,5	40,7
Итого за прием пищи:			26,1	27,8	74,9	705,2
Стоимость, руб.			85,55 руб.			

3 день

Завтрак	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ С М/С	200/10	6,0	12,6	31,9	265,4
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		7,0	30,3
	БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	60	5,2	3,5	19,7	154,8
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,7	0,7	9,7	51,8
Итого за прием пищи:			13,1	16,8	83,5	538,3
Стоимость, руб			60,00 руб.			
Обед	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ	200/5	1,5	4,8	5,6	71,7
Итого за прием пищи:			13,3	16,2	3,4	212,7

	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	155	3,3	5,0	22,3	147,1
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,1	0,1	9,5	40,7
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,1	0,2	13,8	65,8
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	3,0	1,2	16,9	90,7
	СОЛЬ НА ВЕСЬ РАЦИОН	1	0,0	0,0	0,0	0,0
Итого за прием пищи:			23,8	28,0	82,8	708,8
Стоимость, руб.		85,55 руб.				

4 день

	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак	МАКАРОННИК С СУБПРОДУКТАМИ	170	20,9	13,5	37,0	354,0
	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,1	0,1	7,2	30,8
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,3	19,7	94,0
	СОЛЬ НА ВЕСЬ РАЦИОН	1	0,0	0,0	0,0	0,0
Итого за прием пищи:			24,1	13,9	63,9	478,8
Стоимость, руб		60,00 руб.				
	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	200,5	1,6	4,9	9,0	85,3
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ С СОУСОМ	97	12,5	12,0	12,5	208,0
	КАША ВЯЗКАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ	150	3,9	4,1	24,4	150,5
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,0	7,0	30,3
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	44	3,4	0,4	21,6	103,4
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,6	1,0	14,5	77,7
	СОЛЬ НА ВЕСЬ РАЦИОН	1	0,0	0,0	0,0	0,0
Итого за прием пищи:			24,8	22,9	119,4	714,5
Стоимость, руб.		85,55 руб.				

5 день

	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак	ПТИЦА ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	100	13,3	16,2	3,4	212,7
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	160	3,3	5,1	22,9	151,3
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,0	7,0	30,3
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	14,8	70,5
	СОЛЬ НА ВЕСЬ РАЦИОН	1	0,0	0,0	0,0	0,0
Итого за прием пищи:			19,1	21,5	48,1	464,8
Стоимость, руб		60,00 руб.				
	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	60	0,9	3,7	4,9	56,1
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	200/5	2,0	4,9	13,2	107,2
	РЫБА ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	120	12,0	2,3	5,9	93,0
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,4	4,4	34,9	200,8
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,0	0,2	20,2	92,0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,3	19,7	94,0

	ХЛЕБ РЖАНОЙ	23	2,0	0,8	11,1	59,6
	СОЛЬ НА ВЕСЬ РАЦИОН	1	0,0	0,0	0,0	0,0
Итого за прием пищи:			26,4	16,6	109,9	705,7
Стоимость, руб.			85,55 руб.			

6 день

	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ С М/С	200/10	6,0	9,8	31,8	239,8
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	14	3,2	4,1	0,0	51,0
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	180	1,0	0,2	20,2	92,0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	27	2,1	0,2	13,3	63,5
	СОЛЬ НА ВЕСЬ РАЦИОН	1	0,0	0,0	0,0	0,0
	Итого за прием пищи:		12,8	14,2	89,3	493,3
Стоимость, руб			60,00 руб.			
	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ И СЫРОМ	52	4,7	6,0	19,8	152,6
	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ	200	1,8	4,1	9,7	82,3
	ЗАПЕКАНКА (РУЛЕТ) КАРТОФЕЛЬНАЯ С СУБПРОДУКТАМИ	110	12,1	7,5	18,6	190,6
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,4	2,7	11,4	84,0
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,6	1,0	14,5	77,7
	СОЛЬ НА ВЕСЬ РАЦИОН	1	0,0	0,0	0,0	0,0
Итого за прием пищи:			25,9	22,4	96,3	694,7
Стоимость, руб.			85,55 руб.			

7 день

	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ	95/40	17,7	13,2	21,3	277,4
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7/7	0,2	0,0	7,0	30,2
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	14,8	70,5
	СОЛЬ НА ВЕСЬ РАЦИОН	1	0,0	0,0	0,0	0,0
Итого за прием пищи:			20,2	13,4	42,4	375,3
Стоимость, руб			60,00 руб.			
	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ РИСОВОЙ	200	1,7	2,1	13,7	81,1
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	19,6	25,7	35,9	452,6
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ ЯБЛОКИ	180	0,1	0,1	9,5	40,7
	ЯБЛОКИ	100	0,4	0,4	9,8	47,0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	41	3,1	0,3	20,2	96,4
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	3,2	1,3	18,4	98,4
	СОЛЬ НА ВЕСЬ РАЦИОН	1	0,0	0,0	0,0	0,0
Итого за прием пищи:			28,0	30,9	107,5	816,1
Стоимость, руб.			85,55 руб.			

8 день

	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	63	16,1	16,2	0,3	211,0
	КАПУСТА ТУШЕННАЯ	150	3,5	3,9	15,3	112,0
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1	0,0	6,1	25,1
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,2	0,2	14,3	68,2
	СОЛЬ НА ВЕСЬ РАЦИОН	1	0,0	0,0	0,0	0,0
Итого за прием пищи:			21,9	20,3	36,0	416,3
Стоимость, руб			60,00 руб.			
	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	1,6	4,0	10,4	84,5
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ С СОУСОМ	90/60	15,1	18,5	17,5	299,2
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,4	4,4	34,9	200,8
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,0	7,0	30,3
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3,4	0,4	22,1	105,8
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,6	1,0	14,5	77,7
	СОЛЬ НА ВЕСЬ РАЦИОН	1	0,0	0,0	0,0	0,0
Итого за прием пищи:			28,3	28,3	106,4	798,3
Стоимость, руб.			85,55 руб.			

9 день

	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С МАСЛОМ	106/10	10,9	19,6	2,2	327,3
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,7	0,1	18,2	77,4
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	26	2,0	0,2	12,8	61,1
	СОЛЬ НА ВЕСЬ РАЦИОН	1	0,0	0,0	0,0	0,0
Итого за прием пищи:			13,6	19,9	33,2	487,3
Стоимость, руб			60,00 руб.			
	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1,0	3,0	5,5	54,0
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	200	3,2	4,2	18,5	123,9
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	180	13,5	12,6	19,2	243,5
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2	0,0	7,0	30,3
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	55	4,2	0,4	27,1	129,3
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,6	1,0	14,5	77,7
	СОЛЬ НА ВЕСЬ РАЦИОН	1	0,0	0,0	0,0	0,0
Итого за прием пищи:			24,7	21,2	91,8	658,7
Стоимость, руб.			85,55 руб.			

10 день

Завтрак	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества	Энергети-
---------	--------------------	-------	------------------	-----------

		блюда	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	энергетическая ценность, ккал
	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ И ПОВИДЛОМ	25	3,4	7,7	15,9	152
	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ	200	5,1	8,4	32,2	224
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7/7	0,2	0,0	7,0	30,2
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	37	2,8	0,3	18,2	87,0
	СОЛЬ НА ВЕСЬ РАЦИОН	1	0,0	0,0	0,0	0,0
Итого за прием пищи:			11,5	16,4	73,3	493,3
Стоимость, руб			60,00 руб.			
Обед	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	30	5,3	6,3	2,8	
	ЩИ ИЗ ВСЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ	200/5	1,5	4,8	5,6	
	РЫБА ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	100	12,0	4,0	7,0	
	КАША ВЯЗКАЯ ИЗ РИСА	150	2,2	4,0	7,0	
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	192	1,0	0,2	19,4	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,7	0,3	17,2	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	33	2,8	1,1	15,9	
Итого за прием пищи:			27,5	20,7	91,2	709,1
Стоимость, руб.			85,55 руб.			

Приложение 3
К приказу от 31.08.2026 г № _____

На фирменном бланке

Акт
замены готового блюда (продукта),
согласно Примерному десятидневному меню.

От «___» _____ 2026 г.

Комиссия в составе:

1. Кладовщика _____
2. Директора (зам директора) _____
3. Повара _____

Составили настоящий акт о том, что произведена замена блюда из примерного меню.

Назначение _____
(завтрак, обед)

Наименование заменяемого блюда (продукта)

Наименование заменяющего блюда (продукта)

Причина: _____

Директор (зам директора) _____

Кладовщик _____

Повар _____