УТВЕРЖДЕНО

Директор МОУ «СШ №8» г. Джанкоя

В.И.Замирская

(приказ от 25 августа 2026г. № 399)

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗАВАННОЕ) МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ВОЗРАСТНОЙ КАТЕГОРИИ ОТ 12 ЛЕТ И СТАРШЕ (десять дней)

(обед (1 смена) льготная категория)

СОГЛАСНО: утверждённого постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 02.06.2026 N 18, пп.8.2 и 8.7 и Приложения №8, СанПиН 2.3/2.4.4282-26 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения"

I полугодие, 2026-2027 учебный год

МОУ «СШ №8»

г. Джанкой

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Настоящее «Основное (организованное) меню для обучающихся возрастной категории от от 12 лет и старше (десять дней) (обед (1 смена) льготная категория) муниципального общеобразовательного учреждении города Джанкоя Республики Крым «Средняя школа №8»» разработано в соответствии с постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 02.06.2026 N18, пп. 8.2 и 8.7 и Приложения №8, СанПиН 2.3/2.4.4282-26 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения» (далее - СанПиН 2.3/2.4.4282-26)

В процессе разработки основного (организованного) меню использовался материал сборника «Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.- М.: ДеЛи принт, 2011. -544 с. и ДеЛи плюс, 2017. – 544 с.

В школе предусмотрено 2-х разовое горячее питание.

В основу разработки основного (организованного) меню положены представленные в таблице 1 приложение 9 к СанПиН 2.3/2.4.4282-26 «Масса порций для детей в зависимости от возраста (в граммах)», нормы питания в общеобразовательных учреждениях, организациях даны в г, мл, брутто и нетто на 1 ребенка двух возрастных категорий.

Рекомендуемый ассортимент основных пищевых продуктов для использования в питании детей в учреждениях представлен в таблица 2 приложении 7 к СанПиН 2.3/2.4.4282-26. При форс-мажорных обстоятельствах возможно проводить замену продуктов равноценные по составу продукты в соответствии с таблицей замены продуктов (Приложение 11) к СанПиН 2.3/2.4.4282-26 в целях обеспечения полноценного сбалансированного питания. Распределение энергетической ценности (калорийности) суточного рациона питания детей на отдельные приемы пищи в зависимости от их времени пребывания в МОУ «Средняя школа №8» производится согласно СанПиН 2.3/2.4.4282-26 (Приложение 10 Таблица 3).

Пищевая ценность указана без учета потерь пищевых веществ при термической кулинарной обработке пищевых продуктов на основании продуктивного состава блюд, представленных в основном (организованном) меню. Также при возможности компьютерного учета данных потерь в расчетах, пищевая ценность определяется с учетом термической кулинарной обработки. Используется йодированная поваренная соль.

В меню не содержатся продукты, не рекомендованные для питания детей школьного возраста.

Химический состав рассчитан на основании данных сборника «Химический состав российских пищевых продуктов», Издательство: "ДеЛи принт". - 2002 г. Автор: И. М. Скурихин, В. А. Тутельян

Столовая МОУ «СШ №8» города Джанкоя оснащена централизованным водоснабжением и индивидуальным отоплением.

Школьная столовая включает: обеденный зал, производственные цеха: (горячий цех, холодный цех, овощной цех, складские помещения для хранения продуктов с холодильным оборудованием, подсобные комнаты).
Площадь обеденного зала рассчитана на 144 посадочных мест.

Все обеденные залы (зал А и зал Б) оборудованы мебелью.

Пищеблок оснащен:

- горячий цех - электроплитами, пароконвектоматами, пищеварочные котлы, холодильники для отбора суточных проб, для хранения продуктов, хлебные шкафы, протирочные машины, тестомесильная машина универсальная привод.
- холодный цех – электромясорубки, холодильники, производственные столы.
- овощной цех – овощерезки, картофелечистки, производственные столы.

Школьная столовая обеспечена столовой посудой и приборами, согласно норме оснащения в полном объеме (три набора). Посуда используется фарфоровая и стеклянная.

Питьевой режим: кулеры, упакованная (бутилированная) питьевая вода – учебные кабинеты; питьевые фонтанчики – 1й этаж школы (возле столовой). Имеется график генеральной уборки фонтанчиков и инструкция пользования.

Перед входом в столовую имеется 5 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 имеются в достаточном количестве.

В подсобных комнатах предусмотрены отдельные помещения для уборочного инвентаря и одежды работника пищеблока.

Весь персонал школьной столовой состоит в штате образовательного учреждения города Джанкоя МОУ «СШ №8»

Меню:

1.1. Горячее питание для обучающихся: возрастная категория от 12 лет и старше (десять дней)
(обед (1 смена) льготная категория)

Приложение 4

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮ
КАТЕГОРИЯ: ОТ 12 ЛЕТ И СТАРШЕ (десять дней)
(обед (1 смена) льготная категория)

1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ	250	2,68	2,80	18,38	109,97	112	2011
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	90	14,8	20,3	14,4	299,4	294	2011
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,48	6,01	14,73	129,17	139	2011
ЧАЙ С САХАРОМ	180/15	0,19	0,00	14,54	58,9	376	2011
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,25	2,86	0,00	35,31	15	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	к/к	2025
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,18	8,5	40,8	к/к	2025
СОЛЬ НА ВЕСЬ ДЕНЬ	1	0,00	0,00	0,00	0,00	к/к	2025
Итого за прием пищи:	**736**	**26,23**	**32,27**	**82,59**	**720,80**		
Всего за день:		**26,23**	**32,27**	**82,59**	**720,80**		

2 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
БОРЩ	250	1,58	4,94	9,53	89,70	81	2011
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ	80	13,2	13,5	11,4	219,8	268	2011
КАША ВЯЗКАЯ "ГРЕЧНЕВАЯ"	150	5,40	5,76	24,29	170,37	413	2011
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	180	0,18	0,18	25,11	103,51	382	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	к/к	2025
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,4	0,18	8,9	42,8	к/к	2025
СОЛЬ НА ВЕСЬ ДЕНЬ	1	0,00	0,00	0,00	0,00	к/к	2025
Итого за прием пищи:	**701**	**23,62**	**24,87**	**90,26**	**681,14**		
Всего за день:		**23,62**	**24,87**	**90,26**	**681,14**		

3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250	6,41	3,03	16,54	119,42	87	2014
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	100	20,7	24,6	1,7	313,2	292	2011
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180/15/7	0,05	0,01	12,27	50,12	389	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	к/к	2025
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,4	0,18	8,9	42,8	к/к	2025
КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/5	4,3	4	25,1	153,3	413	2011
СОЛЬ НА ВЕСЬ ДЕНЬ	1	0,00	0,00	0,00	0,00	к/к	2025
Итого за прием пищи:	**748**	**34,39**	**31,94**	**74,55**	**726,20**		
Всего за день:		**34,39**	**31,94**	**74,55**	**726,20**		

4 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	2,22	5,22	16,42	122,17	96	2011
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ	70	11,2	10,91	3,41	156,53	268	2011
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/5	5,5	4,8	31,3	191	413	2011
КИСЕЛЬ ИЗ СМЕСИ СУХОВРУКТОВ	180	0,2	0,01	32,5	131,9	354	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	к/к	2025
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,4	0,18	8,9	42,8	к/к	2025
СОЛЬ НА ВЕСЬ ДЕНЬ	1	0,00	0,00	0,00	0,00	к/к	2025
Итого за прием пищи:	**696**	**22,05**	**21,24**	**102,57**	**691,76**		
Всего за день:		**22,05**	**21,24**	**102,57**	**691,76**		

5 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ	60	0,48	0,06	1,5	8,4		
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ.	250	5,7	5,4	18,9	147,2	97	2011
РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	100	10,94	5,55	6,03	118,97	229	2011
КАША ВЯЗКАЯ "ПШЕННАЯ "С СМАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/5	4,11	4,68	24,93	158,31	413	2011
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	1	0,2	20,2	86	389	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,91	0,16	12,55	59,21	к/к	2025
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,4	0,18	8,9	42,8	к/к	2025
СОЛЬ НА ВЕСЬ ДЕНЬ	1	0,00	0,00	0,00	0,00	к/к	2025
Итого за прием пищи:	**811**	**25,54**	**16,23**	**93,01**	**620,89**		
Всего за день:		**25,54**	**16,23**	**93,01**	**620,89**		

6 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед,							
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕЕ ПО СЕЗОНУ	60	0,4	0,06	1,5	8,4	70	2011
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	250	1,81	5,10	10,75	96,66	99	2011
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	140/5	14,1	20,1	2,6	247,9	210	2011
КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,7	3	24,4	141	382	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	к/к	2025
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,4	0,18	8,9	42,8	к/к	2025
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,4	0,4	9,82	47,09	338	2011
СОЛЬ НА ВЕСЬ ДЕНЬ	1	0,00	0,00	0,00	0,00	к/к	2025
Итого за прием пищи:	**796**	**23,34**	**28,96**	**68,01**	**631,21**		
Всего за день:		**23,34**	**28,96**	**68,01**	**631,21**		

7 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	25	1,9	2,45	18,6	104,2	к/к	2020
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	250	2,06	2,79	16,91	101,34	101	2011
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕНЫМ	100/10	19	13,2	25,2	300,8	223	2011
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	3,3	2,4	26,6	142,2	376	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	к/к	2025
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,4	0,18	8,9	42,8	к/к	2025
СОЛЬ НА ВЕСЬ ДЕНЬ	1	0,00	0,00	0,00	0,00	к/к	2025
Итого за прием пищи:	**633**	**29,19**	**21,14**	**106,25**	**738,70**		
Всего за день:		**29,19**	**21,14**	**106,25**	**738,70**		

8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,	№ 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	90	13,5	11,6	12,5	207,8	268	2011
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/5	5,48	4,37	34,88	200,91	309	2011
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	17,42	69,67	376	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	к/к	2025
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,4	0,18	8,9	42,8	к/к	2025
СОЛЬ НА ВЕСЬ ДЕНЬ	1	0,00	0,00	0,00	0,00	к/к	2025
Итого за прием пищи:	**786**	**24,33**	**21,44**	**100,34**	**683,57**		
Всего за день:		**24,33**	**21,44**	**100,34**	**683,57**		

9 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	0,9	2,97	5,45	52,67	45	2011
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	5,7	5,4	18,9	147,2	108	2011
ПТИЦА ТУШЕНАЯ В СОУСЕ	80/30	23,1	27,1	1,7	346,3	259	2011
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,58	0,09	26,36	106,82	376	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	к/к	2025
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,4	0,18	8,9	42,8	к/к	2025
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/5	4,4	4,6	21,5	145,4	413	2011
СЫР ПОРЦИЯМИ	15	3,4	4,3	0,0	53	15	2011
СОЛЬ НА ВЕСЬ ДЕНЬ	1	0,00	0,00	0,00	0,00	к/к	2025
Итого за прием пищи:	**811**	**41,01**	**44,76**	**92,85**	**941,55**		
Всего за день:		**41,01**	**44,76**	**92,85**	**941,55**		

10 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
ОВОЩИ СВЕЖИЕ ПО СЕЗОНУ	60	0,4	0,06	1,5	8,4	70	2011
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250	1,86	5,04	9,12	90,28	88	2011
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	80/20	13	19,7	16,7	300,1	234	2011
КАША ВЯЗКАЯ "РИСОВАЯ" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/5	2,70	4,88	27,94	166,42	413	2011
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,15	0,15	20,93	86,27	377	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	к/к	2025
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,4	0,18	8,9	42,8	к/к	2025
СОЛЬ НА ВЕСЬ ДЕНЬ	1	0,00	0,00	0,00	0,00	к/к	2025
Итого за прием пищи:	**785**	**21,04**	**30,13**	**95,13**	**741,63**		
Всего за день:		**21,04**	**30,13**	**95,13**	**741,63**		

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Итого за весь период	277,2	283,94	926,65	7405,68
Среднее значение за период	27,7	28,39	92,65	740,5
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности	15.3	34.0	50.7	

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Возраст детей	Обед
5-11 ОБЕД (ЛЬГОТНАЯ К)	748

Примечание: Меню составлено с учетом сезонности (межсезонное).

Салат из капусты (овощи урожая прошлого года) после 1 марта только по рецептуре с тепловой обработкой или заменен на капусту тушеную, овощи по сезону, икру консервированную промышленного производства, икру собственного приготовления и т.д.

Овощи урожая прошлого года (капусту, репчатый лук, корнеплоды и др.) в период после 1 марта допускается использовать только после термической обработки.

Может производиться замена овощей по сезону и разрешенному ассортименту по дням основного (организованного) меню.

Может производиться замена фруктов по сезону и разрешенному ассортименту по дням основного (организованного) меню.

Может производиться замена крупы в блюдах для расширения ассортимента по дням основного (организованного) меню.

Молочно - кислые продукты могут быть заменены и использованы в ассортименте по дням основного (организованного) меню.

Кондитерские изделия, соки, хлебо-булочные изделия (выпечка) могут заменены и использоваться в ассортименте по дням основного (организованного) меню.

Все внесенные изменения по замене ассортимента приготавливаемых блюд оформляются составлением новых технологических карт с занесением присвоенных номеров в картотеку блюд. Все изменения вносимые в технологические карты, а также на новые блюда оформляются дополнительно технико-технологическими картами.

Меню составлено на основании рекомендованных среднесуточных наборов пищевых продуктов, в том числе используемые для приготовления блюд и напитков, для обучающихся и воспитанников общеобразовательных школьных и дошкольных учреждений.

При составлении меню использована литература:

1. Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2011.-544с.
2. Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2014.-544с.
3. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи плюс, 2014.-544с.
4. Химический состав российских пищевых продуктов. Под редакцией член-корр. МАИ, проф. И. М. Скурихина и

академика РАМН, проф. В. А. Тутельяна. – Москва.:ДеЛи принт, 2002.-236с.;
5. Химический состав пищевых продуктов: Справочные таблицы содержание основных пищевых веществ и энергетической ценности пищевых продуктов. Кн. I: / Под ред. И. М. Скурихина и М. Н. Волгарева. - 2-е изд., перераб. и доп. - М.: Агропромиздат, 1987. - 224 с.;
6. Химический состав пищевых продуктов: Справочные таблицы содержания аминокислот, жирных кислот, витаминов, микро- и макроэлементов, органических кислот и углеводов. Кн. II: / Под ред. И. М. Скурихина и М. Н. Волгарева. - 2-е изд., перераб. и доп. - М.: Агропромиздат, 1987. - 360 с.

7. Сеть интернет.

Используемое сырье для данного меню:

1. Мясо - говядина мякоть 1 К охлажденное, или С/М
2. Птица – мясо цыплят-бройлеров (бедро) 1К - филе охлажденное
3. Рыба - филе минтая замороженное
4. Молоко МДЖ 2,5 %
5. Сметана МДЖ 15%
6. Творог МДЖ 9%
7. Масло сливочное МДЖ 72.5%
8. Йогурт МДЖ 2,5%
9. Кефир МДЖ 2.5 %
10. Ряженка МДЖ 2.5 %
11. Масло растительное (подсолнечника) рафинированное
12. В случае использования других характеристик сырья предусмотрен перерасчет по фактическим показателям и качеству сырья.

Пронумеровано, прошито
и скреплено печатью

10 (десять) листов

Директор МОУ «СШ№8» _____ В. И. Замирская