

ОГЛАСОВАНО

Начальник отдела образования  
администрации города Джанкоя Республики Крым

 А.А.Товма  
« 29 » 08 2025г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МОУ «СШ №8» г. Джанкоя

 В.И.Замирская  
(приказ от 28 августа 2025г. № 434)

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

**(завтрак (1 смена)/обед (2 смена) льготная категория)**

**СОГЛАСНО: утверждённого постановлением Главного государственного санитарного  
врача РФ от 27 октября 2020 года № 32 пп. 8.1.2 и 8.1.7 и Приложения №8, СанПиН  
2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации  
общественного питания населения»**

**I полугодие 2025-2026 учебный год  
МОУ «СШ №8»**

**г. Джанкой**

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Настоящее «Основное (организованное) меню для обучающихся возрастной категории от 12 лет и старше (десять дней) (завтрак (1 смена)/обед (2 смена) льготная категория)) муниципального общеобразовательного учреждения города Джанкоя Республики Крым «Средняя школа №8» разработано в соответствии с постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 27 октября 2020 года № 32 пп. 8.1.2 и 8.1.7 и Приложения №8, СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения» (далее - СанПиН 2.3/2.4.3590-20)

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 2.3/2.4.3590-20 «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 таблице 2 приложении 7 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20. При форс-мажорных обстоятельствах возможно проводить замену продуктов равноценные по составу продукты в соответствии с таблицей замены продуктов (Приложение 11) к СанПиН 2.3/2.4.3590-20 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 2.3/2.4.3590-20 (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, протирачные 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) (завтрак (1 смена)/обед (2 смена) льготная категория)).

**ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮ**  
**КАТЕГОРИЯ: ОТ 12 ЛЕТ И СТАРШЕ (десять дней)**  
**(завтрак (1 смена)/обед (2 смена) льготная категория)**

**1 день**

| Прием пищи, наименование блюда        | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, | № рецептуры | Сборник рецептур |
|---------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|--------------------------|-------------|------------------|
|                                       |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                          |             |                  |
| Завтрак                               |              |                  |         |             |                          |             |                  |
| БУТЕРБРОДЫ С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ      | 35           | 1,23             | 3,72    | 14,20       | 95,18                    | 2           | 2011             |
| КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ КРУПЫ РИСОВОЙ | 250/5        | 6,18             | 5,52    | 40,97       | 239,09                   | 182         | 2011             |
| РЯЖЕНКА                               | 180          | 5,4              | 1,8     | 7,6         | 72                       | 401         | 2011             |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                           | 30           | 2,05             | 0,27    | 13,14       | 63,23                    | к/к         | 2025             |
| СОЛЬ НА ВЕСЬ ДЕНЬ                     | 1            | 0,00             | 0,00    | 0,00        | 0,00                     | к/к         | 2025             |
| ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ                     | 100          | 9,6              | 15,9    | 1,8         | 188,9                    | 210         | 2011             |
| Итого за прием пищи:                  | 600          | 24,46            | 27,21   | 77,71       | 658,4                    |             |                  |
| Всего за день:                        |              | 24,46            | 27,21   | 77,71       | 658,4                    |             |                  |

**2 день**

| Прием пищи, наименование блюда                 | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, | № рецептуры | Сборник рецептур |
|------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|--------------------------|-------------|------------------|
|                                                |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                          |             |                  |
| Завтрак                                        |              |                  |         |             |                          |             |                  |
| ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ                    | 60           | 0,4              | 0,06    | 1,5         | 8,4                      | 70          | 2011             |
| ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ                     | 100          | 15,1             | 17,5    | 2,9         | 229                      | 495         | 2022             |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 150/5        | 5,7              | 4,3     | 35          | 201,6                    | 309         | 2011             |
| ЧАЙ С САХАРОМ                                  | 200          | 0,16             | 0,0     | 27,7        | 89,4                     | 378         | 2011             |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                    | 20           | 1,4              | 0,18    | 8,9         | 42,8                     | к/к         | 2025             |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                 | 20           | 1,53             | 0,12    | 10,04       | 47,36                    | к/к         | 2025             |
| СОЛЬ НА ВЕСЬ ДЕНЬ                              | 1            | 0,00             | 0,00    | 0,00        | 0,00                     | к/к         | 2025             |
| Итого за прием пищи:                           | 556          | 24,29            | 22,16   | 86,04       | 618,56                   |             |                  |
| Всего за день:                                 |              | 24,29            | 22,16   | 86,04       | 618,56                   |             |                  |

## 3 день

| Прием пищи, наименование блюда       | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, | № рецептуры | Сборник рецептур |
|--------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|--------------------------|-------------|------------------|
|                                      |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                          |             |                  |
| Завтрак                              |              |                  |         |             |                          |             |                  |
| ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ          | 60           | 0,4              | 0,06    | 1,5         | 8,4                      | 70          | 2011             |
| ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ           | 100          | 16,4             | 11      | 8,8         | 200,1                    | 235         | 2011             |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 155/5        | 3,21             | 4,80    | 21,46       | 142,27                   | 312         | 2011             |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ              | 200          | 0,2              | 0,2     | 27,9        | 115                      | 377         | 2011             |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                       | 20           | 1,53             | 0,12    | 10,04       | 47,36                    | к/к         | 2025             |
| СОЛЬ НА ВЕСЬ ДЕНЬ                    | 1            | 0,00             | 0,00    | 0,00        | 0,00                     | к/к         | 2025             |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                          | 20           | 1,4              | 0,18    | 8,9         | 42,8                     | к/к         | 2025             |
| Итого за прием пищи:                 | 561          | 23,14            | 16,36   | 78,6        | 555,93                   |             |                  |
| Всего за день:                       |              | 23,14            | 16,36   | 78,6        | 555,93                   |             |                  |

## 4 день

| Прием пищи, наименование блюда            | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, | № рецептуры | Сборник рецептур |
|-------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|--------------------------|-------------|------------------|
|                                           |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                          |             |                  |
| Завтрак                                   |              |                  |         |             |                          |             |                  |
| ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ               | 60           | 0,4              | 0,06    | 1,5         | 8,4                      | 70          | 2011             |
| СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ                           | 100          | 18,2             | 8,2     | 12,7        | 215,3                    | 488/3       | 2022             |
| КАША ВЯЗКАЯ "ГРЕЧНЕВАЯ"С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫЙ | 150/5        | 4,50             | 4,89    | 20,23       | 142,78                   | 413         | 2011             |
| КАКАО С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ                 | 200          | 3,6              | 3,7     | 23,8        | 144,1                    | 382         | 2011             |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                            | 20           | 1,53             | 0,12    | 10,04       | 47,36                    | к/к         | 2025             |
| СОЛЬ НА ВЕСЬ ДЕНЬ                         | 1            | 0,00             | 0,00    | 0,00        | 0,00                     | к/к         | 2025             |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                               | 20           | 1,4              | 0,18    | 8,9         | 42,8                     | к/к         | 2025             |
| СЫР                                       | 12           | 2,7              | 3,4     | 0,0         | 42,4                     | 15          | 2011             |
| Итого за прием пищи:                      | 568          | 32,33            | 20,55   | 77,17       | 643,14                   |             |                  |
| Всего за день:                            |              | 32,33            | 20,55   | 77,17       | 643,14                   |             |                  |

## 5 день

| Прием пищи, наименование блюда       | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, | № рецептуры | Сборник рецептур |
|--------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|--------------------------|-------------|------------------|
|                                      |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                          |             |                  |
| Завтрак                              |              |                  |         |             |                          |             |                  |
| БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ        | 5/20         | 1,6              | 5,2     | 10,6        | 93,6                     | 1           | 2011             |
| ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (1 ВАРИАНТ)           | 100          | 11               | 14,6    | 5,3         | 197                      | 278         | 2011             |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 150/5        | 3,21             | 4,80    | 21,46       | 142,27                   | 312         | 2011             |
| КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК СУШЕНЫХ (СУХОФРУКТЫ) | 200          | 0,2              | 0,01    | 36,1        | 146,6                    | 354         | 2011             |
| 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             |
| САЛАТ ИЗ МОРКОВИ                     | 60           | 0,7              | 0,06    | 6,75        | 31,1                     |             |                  |
| Итого за прием пищи:                 | 561          | 18,11            | 24,85   | 89,11       | 653,37                   |             |                  |
| Всего за день:                       |              | 18,11            | 24,85   | 89,11       | 653,37                   |             |                  |

## 6 день

| Прием пищи, наименование блюда       | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, | № рецептуры | Сборник рецептур |
|--------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|--------------------------|-------------|------------------|
|                                      |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                          |             |                  |
| Завтрак                              |              |                  |         |             |                          |             |                  |
| БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ                   | 20/15        | 5,7              | 5,3     | 15,4        | 133,2                    | 1           | 2011             |
| КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ МАННАЯ С МАСЛОМ | 250/5        | 7,4              | 7,7     | 39,6        | 257,1                    | 181         | 2011             |
| ЙОГУРТ                               | 180          | 5,13             | 4,43    | 7,43        | 95,58                    | 401         | 2011             |
| 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             |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                       | 20           | 1,53             | 0,12    | 10,04       | 47,36                    | к/к         | 2025             |
| ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)        | 100          | 0,4              | 0,4     | 9,7         | 47                       |             |                  |
| Итого за прием пищи:                 | 611          | 21,56            | 18,13   | 91,07       | 623,04                   |             |                  |
| Всего за день:                       |              | 21,56            | 18,13   | 91,07       | 623,04                   |             |                  |

## 7 день

| Прием пищи, наименование блюда       | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, | № рецептуры | Сборник рецептур |
|--------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|--------------------------|-------------|------------------|
|                                      |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                          |             |                  |
| Завтрак                              |              |                  |         |             |                          |             |                  |
| САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КУПУСТЫ              | 60           | 0,9              | 2,97    | 5,45        | 52,67                    |             |                  |
| ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ                   | 100          | 18,4             | 2,44    | 2,9         | 108                      | 240         | 2011             |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 150/5        | 3,21             | 4,80    | 21,46       | 142,27                   | 312         | 2011             |
| ЧАЙ С САХАРОМ                        | 200/10       | 0,2              | 0,0     | 16,2        | 65,7                     | 389         | 2011             |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                       | 20           | 1,53             | 0,12    | 10,04       | 47,36                    | к/к         | 2025             |
| СОЛЬ НА ВЕСЬ ДЕНЬ                    | 1            | 0,00             | 0,00    | 0,00        | 0,00                     | к/к         | 2025             |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                          | 20           | 1,4              | 0,18    | 8,9         | 42,8                     | к/к         | 2025             |
| КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ                 | 30           | 2,25             | 2,9     | 22,3        | 125,1                    | к/к         | 2020             |
| Итого за прием пищи:                 | 596          | 25,64            | 13,41   | 87,25       | 583,9                    |             |                  |
| Всего за день:                       |              | 25,64            | 13,41   | 87,25       | 583,9                    |             |                  |

## 8 день

| Прием пищи, наименование блюда           | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, | № рецептуры | Сборник рецептур |
|------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|--------------------------|-------------|------------------|
|                                          |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                          |             |                  |
| Завтрак                                  |              |                  |         |             |                          |             |                  |
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ       | 60           | 0,98             | 2,43    | 4,8         | 45                       |             |                  |
| КОТЛЕТА ИЗ ПТИЦЫ                         | 90           | 14,8             | 20,3    | 14,4        | 299,4                    | 288         | 2011             |
| КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 150/5        | 4,3              | 4       | 25,1        | 153,3                    | 406         | 2011             |
| КАКАО С МОЛОКОМ                          | 180          | 0,9              | 0,2     | 18,2        | 77,4                     | 376         | 2011             |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                           | 20           | 1,53             | 0,12    | 10,04       | 47,36                    | к/к         | 2025             |
| СОЛЬ НА ВЕСЬ ДЕНЬ                        | 1            | 0,00             | 0,00    | 0,00        | 0,00                     | к/к         | 2025             |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                              | 20           | 1,4              | 0,18    | 8,9         | 42,8                     | к/к         | 2025             |
| ПЛОДЫ ЯГОДЫ СВЕЖЬЕ                       | 90           | 0,9              | 0,3     | 12,6        | 57,6                     | 338         | 2011             |
| Итого за прием пищи:                     | 616          | 24,81            | 27,53   | 94,04       | 723                      |             |                  |
| Всего за день:                           |              | 24,81            | 27,53   | 94,04       | 723                      |             |                  |

## 9 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, | № рецептуры | Сборник рецептур |
|--------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|--------------------------|-------------|------------------|
|                                |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                          |             |                  |
| Завтрак                        |              |                  |         |             |                          |             |                  |
| САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ               | 60           | 0.9              | 2.97    | 5.45        | 52.67                    | 45          | 2011             |
| БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ                | 90           | 17.6             | 17.4    | 7.6         | 191.9                    | 281         | 2011             |
| РАГУ                           | 150          | 3.41             | 4.85    | 14.61       | 116.73                   | 317         | 2011             |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ    | 180          | 0.0              | 0.0     | 6.78        | 27.09                    | 349         | 2011             |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                 | 20           | 1.53             | 0.12    | 10.04       | 47.36                    | к/к         | 2025             |
| СОЛЬ НА ВЕСЬ ДЕНЬ              | 1            | 0.00             | 0.00    | 0.00        | 0.00                     | к/к         | 2025             |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                    | 20           | 1.4              | 0.18    | 8.9         | 42.8                     | к/к         | 2025             |
| Итого за прием пищи:           | 521          | 24.84            | 25.52   | 53.38       | 479                      |             |                  |
| Всего за день:                 |              | 24.84            | 25.52   | 53.38       | 479                      |             |                  |

## 10 день

| Прием пищи, наименование блюда           | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, | № рецептуры | Сборник рецептур |
|------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|--------------------------|-------------|------------------|
|                                          |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                          |             |                  |
| Завтрак                                  |              |                  |         |             |                          |             |                  |
| ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) С МОЛОКОМ | 130/10       | 21.4             | 14.7    | 32.3        | 352.4                    | 222         | 2011             |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ                            | 185/15/7     | 0.1              | 0.0     | 7.47        | 30.2                     | 376         | 2011             |
| СОЛЬ НА ВЕСЬ ДЕНЬ                        | 1            | 0.00             | 0.00    | 0.00        | 0.00                     | к/к         | 2025             |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                           | 20           | 1.53             | 0.12    | 10.04       | 47.36                    | к/к         | 2025             |
| ПЛОДЫ ЯГОДЫ СВЕЖИЕ                       | 140          | 0.56             | 0.56    | 13.7        | 65.8                     |             |                  |
| Итого за прием пищи:                     | 508          | 23.59            | 15.38   | 63.51       | 496                      |             |                  |
| Всего за день:                           |              | 23.59            | 15.38   | 63.51       | 496                      |             |                  |

# ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

| Итого                                                                       | Пищевые вещества |         |                |                                  |
|-----------------------------------------------------------------------------|------------------|---------|----------------|----------------------------------|
|                                                                             | Белки,<br>г      | Жиры, г | Углеводы,<br>г | Энергетическая<br>ценность, ккал |
| Итого за весь период                                                        | 242,77           | 211,1   | 797,88         | 6034                             |
| Среднее значение за период                                                  | 24,27            | 21,1    | 79,7           | 603,4                            |
| Содержание белков, жиров, углеводов в<br>меню за период в % от калорийности | 15.9             | 30.8    | 53.3           |                                  |

## СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

| Возраст детей             | Завтрак |
|---------------------------|---------|
| 5-11 ЗАВТРАК (Льготная К) | 570     |

**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 рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2011.-544с.
2. Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2014.-544с.
3. Сборник рецептов 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, прошнуровано  
и скреплено печатью

( ) Листов  
Директор МОУ «СП №8» В.И.Замирская

