

КАРАЧАЕВО-ЧЕРКЕССКАЯ РЕСПУБЛИКА
УСТЬ-ДЖЕГУТИНСКИЙ МУНИЦИПАЛЬНЫЙ РАЙОН
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
"СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА ИМ. Х.У. БОГАТЫРЕВА А. ДЖЕГУТА"

ОКПО 57817324

УТВЕРЖДАЮ
Директор  М. Тугулова
"07.04" 2025г.

ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ (ОСНОВНОЕ) МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ
ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-4 КЛАССОВ

на весенний период 2024 г.

Вводится с 1 апреля 2025г.
Возрастная группа 7-11 лет

Разработано в соответствии с рекомендациями и нормативами:

1. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1– 4-х классов в общеобразовательных организациях: Пособие.– М.: Федеральный центр гигиены и эпидемиологии Роспотребнадзора, 2022
2. Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. Под редакцией В.А.Тугульяна и Д.Б. Никитина, ФГБУН "ФИЦ питания, биотехнологии и безопасности пищи". – М.: ТД ДеЛи, 2022
3. Методические рекомендации МР 2.4.0189-20 по организации питания обучающихся общеобразовательных организаций, утвержденные Руководителем Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека, Главным государственным санитарным врачом Российской Федерации А.Ю.Поповой 18 мая 2020 года
г. Усть-Джегута

Присл. пищи	Наименование блюда	Соотношение состава блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	N рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
	Первый день первой недели (1)							
Завтрак	Каша жидкая молочная гречневая	200	7,10	5,80	26,60	187	54-20к	17,93
	Какао с молоком	200	4,60	3,60	12,60	100	54-21гн	17,47
	Хлеб пшеничный	40	4,28	1,80	17,40	110	ПРОМ	3,12
	Хлеб пшенично-ржаной	20	1,88	0,50	13,00	63	ПРОМ	1,95
	Масло сливочное (порциями)	10	0,10	7,20	0,10	66	54-19з	12,05
	Яблоко	100	0,42	0,42	9,83	44	ПРОМ	12,50
	0	0	0,00	0,00	0,00	0	0	0,00
	0	0	0,00	0,00	0,00	0	0	0,00
	итого завтрак первый день первой недели (1)	575	18,38	19,32	79,53	570		65,02
	рекомендуемая норма	500	15,00	16,00	67,00	470		80,00
	отклонение от нормы	115	122,53	120,75	118,70	121		81,28
	Второй день первой недели (2)							
Завтрак	Биточек из курицы	90	17,30	3,80	12,10	152	54-23м	38,10
	Соус красный основной 25 г	25	0,80	0,60	2,20	18	54-3соус	2,68
	Макароны отварные	150	5,40	4,90	32,80	197	54-1г	13,61
	Чай с лимоном и сахаром	200/7/7	0,30	0,00	6,70	28	54-3гн	3,51
	Хлеб пшеничный	30	3,21	1,35	13,05	82	ПРОМ	2,34
	Хлеб пшенично-ржаной	20	1,88	0,50	13,00	63	ПРОМ	1,95
	Яблоко	100	0,42	0,42	9,83	44	ПРОМ	12,50
	0	0	0,00	0,00	0,00	0	0	0,00
	итого завтрак второй день первой недели (2)	620	29,31	11,57	89,68	584		74,69
	рекомендуемая норма	500	15,40	15,80	67,00	470		80,00
	отклонение от нормы	124,00	190,32	73,23	133,85	124		93,36
	Третий день первой недели (3)							
Завтрак	Яйцо вареное	48	4,80	4,00	0,30	57	54-6о	13,00
	Икра кабачковая	30	0,30	2,10	2,10	29	ПРОМ	4,05
	Макароны отварные с сыром	150	7,90	6,80	28,60	208	54-3г	24,37
	Чай с сахаром	200/7	0,20	0,00	6,50	27	54-1гн	1,82
	Хлеб пшеничный	30	3,21	1,35	13,05	82,2	ПРОМ	2,34
	Хлеб пшенично-ржаной	20	1,88	0,50	13,00	63	ПРОМ	1,95
	Яблоко	100	0,42	0,42	9,83	44	ПРОМ	12,50
	0	0	0,00	0,00	0,00	0	0	0,00
	итого завтрак третий день первой недели (3)	583	18,71	15,17	73,38	510		60,03
	рекомендуемая норма	500	15,40	15,80	67,00	470		80,00
	отклонение от нормы	116,60	121,49	96,01	109,52	109		75,04

Присл. пищи	Наименование блюда	Соотно- шение состава блюда, г	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность	N рецеп- туры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
	Четвертый день первой недели (4)							
Завтрак	Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	90	12,30	6,70	5,70	132	54-11р	52,58
	Картофельное пюре	150	3,20	5,20	19,80	139	54-11г	22,43
	Чай с лимоном и сахаром	200/7/7	0,30	0,00	6,70	28	54-3гн	3,51
	Хлеб пшеничный	40	4,28	1,80	17,40	110	ПРОМ	3,12
	Хлеб пшенично-ржаной	20	1,88	0,50	13,00	63	ПРОМ	1,95
	0	0	0,00	0,00	0,00	0	0	0,00
	0	0	0,00	0,00	0,00	0	0	0,00
	0	0	0,00	0,00	0,00	0	0	0,00
	итого завтрак четвертый день первой недели (4)	505	21,96	14,20	62,60	472		83,59
	рекомендуемая норма	500	15,40	15,80	67,00	470		80,00
	отклонение от нормы	101,00	142,60	89,87	93,43	100		104,49
	Пятый день первой недели (5)							
Завтрак	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	0,60	3,10	1,80	38	54-5з	20,13
	Плов с курицей	200	27,30	8,10	33,20	314,6	54-12м	65,40
	Чай с сахаром	200/7	0,20	0,00	6,50	27	54-1гн	1,82
	Хлеб пшеничный	30	3,21	1,35	13,05	82	ПРОМ	2,34
	Хлеб пшенично-ржаной	20	1,88	0,50	13,00	63	ПРОМ	1,95
	0	0	0,00	0,00	0,00	0	0	0,00
	0	0	0,00	0,00	0,00	0	0	0,00
	0	0	0,00	0,00	0,00	0	0	0,00
	итого завтрак пятый день первой недели (5)	515	33,19	13,05	67,55	525		91,64
	рекомендуемая норма	500	15,40	15,80	67,00	470		80,00
	отклонение от нормы	103,00	215,52	82,59	100,82	112		114,55
	Шестой день первой недели (6)							
Завтрак	Яйцо вареное	48,00	4,80	4,00	0,30	57	54-6о	13,00
	Икра кабачковая	30,00	0,30	2,10	2,10	29	ПРОМ	4,05
	Макароны отварные с сыром	150,00	7,90	6,80	28,60	208	54-3г	24,37
	Чай с сахаром	200,00	0,20	0,00	6,50	27	54-1гн	1,82
	Хлеб пшеничный	30,00	3,21	1,35	13,05	82	ПРОМ	2,34
	Хлеб пшенично-ржаной	20,00	1,88	0,50	13,00	63	ПРОМ	1,95
	Яблоко	100,00	0,42	0,42	9,83	44	ПРОМ	12,50
	итого завтрак шестой день первой недели (6)	378	18,71	15,17	73,38	510		60,03
	рекомендуемая норма	500	15,40	15,80	67,00	470		80,00
	отклонение от нормы	75,60	121,49	96,01	109,52	109		75,04
	Первый день второй недели (7)							
Завтрак	Макароны отварные с сыром	150	7,90	6,80	28,60	208	54-3г	24,37
	Чай с сахаром	200/7	0,20	0,00	6,50	27	54-1гн	1,82
	Хлеб пшеничный	55	5,89	2,48	23,93	151	ПРОМ	4,29
	Хлеб пшенично-ржаной	20	1,88	0,50	13,00	63	ПРОМ	1,95
	Масло сливочное (порциями)	10	0,10	7,20	0,10	66	54-19з	12,05
	Яблоко	100	0,42	0,42	9,83	44	ПРОМ	12,50
	0	0	0,00	0,00	0,00	0	0	0,00
	0	0	0,00	0,00	0,00	0	0	0,00
	итого завтрак первый день второй недели (7)	540	16,4	17,4	82,0	559		56,98
	рекомендуемая норма	500	15,4	15,8	67,0	470		80,00
	отклонение от нормы	108,00	106,5	110,1	122,4	119		71,23
	Второй день второй недели (8)							
Завтрак	Котлеты из курицы	90	17,30	3,80	12,10	152	54-5м	38,21
	Соус белый основной 25 г	25	0,70	1,00	1,10	16	54-2соус	2,06
	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,30	6,30	36,00	234	54-4г	15,24
	Хлеб пшеничный	30	3,21	1,35	13,05	82	ПРОМ	2,34
	Хлеб пшенично-ржаной	20	1,88	0,50	13,00	63	ПРОМ	1,95
	Чай с лимоном и сахаром	200/7/7	0,30	0,00	6,70	28	54-3гн	3,51
	0	0	0,00	0,00	0,00	0	0	0,00
	0	0	0,00	0,00	0,00	0	0	0,00
	итого завтрак второй день второй недели (8)	520	31,7	13,0	82,0	575		63,31
	рекомендуемая норма	500	15,4	15,8	67,0	470		80,00
	отклонение от нормы	104,00	205,8	82,3	122,4	122		79,14

Прием пищи	Наименование блюда	Соотношение состава блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	N рецеп- туры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
	Третий день второй недели (9)							
Завтрак	Запеканка из творога	150	29,70	10,70	21,70	301	54-1г	73,31
	Сгущенное цельное молоко с сахаром	20	0,22	2,58	8,41	63	ПРОМ	5,30
	Хлеб пшеничный	40	4,28	1,80	17,40	110	ПРОМ	3,12
	Чай с сахаром	200/7	0,20	0,00	6,50	27	54-1г	1,82
	Яблоко	100	0,42	0,42	9,83	44	ПРОМ	12,50
	0	0	0,00	0,00	0,00	0	0	0,00
	0	0	0,00	0,00	0,00	0	0	0,00
	0	0	0,00	0,00	0,00	0	0	0,00
	итого завтрак третий день второй недели (9)	510	34,8	15,5	63,8	545		96,05
	рекомендуемая норма	500	15,4	15,8	67,0	470		80,00
	отклонение от нормы	102,00	226,0	98,1	95,2	116		120,06
	Четвертый день второй недели (10)							
Завтрак	Котлеты из курицы	90	17,30	3,80	12,10	151,7	54-5г	38,21
	Картофельное пюре	150	3,20	5,20	19,80	139	54-11г	22,43
	Чай с лимоном и сахаром	200/7/7	0,30	0,00	6,70	28	54-3г	3,51
	Хлеб пшеничный	40	4,28	1,80	17,40	110	ПРОМ	3,12
	Хлеб пшенично-ржаной	20	1,88	0,50	13,00	63	ПРОМ	1,95
	0	0	0,00	0,00	0,00	0	0	0,00
	0	0	0,00	0,00	0,00	0	0	0,00
	0	0	0,00	0,00	0,00	0	0	0,00
	итого завтрак четвертый день второй недели (10)	505	27,0	11,3	69,0	492		69,22
	рекомендуемая норма	500	15,4	15,8	67,0	470		80,00
	отклонение от нормы	101,00	175,3	71,5	103,0	105		86,53
	Пятый день второй недели (11)							
Завтрак	Каша "Дружба"	200	5,00	5,80	24,10	169	54-16г	18,63
	Чай с сахаром	200/7	0,20	0,00	6,50	27	54-1г	1,82
	Хлеб пшеничный	40	4,28	1,80	17,40	110	ПРОМ	3,12
	Хлеб пшенично-ржаной	20	1,88	0,50	13,00	63	ПРОМ	1,95
	Масло сливочное (порциями)	10	0,10	7,20	0,10	66	54-19г	12,05
	Сыр твердых сортов в нарезке	15	3,50	4,40	0,00	54	54-1г	13,05
	Яблоко	100	0,42	0,42	9,83	44	ПРОМ	12,50
	0	0	0,00	0,00	0,00	0	0	0,00
	итого завтрак пятый день второй недели (11)	590	15,4	20,1	70,9	533		65,12
	рекомендуемая норма	500	15,4	15,8	67,0	470		80,00
	отклонение от нормы	118,00	100,0	127,2	105,8	113		81,40
	Шестой день второй недели (12)							
Завтрак	Запеканка из творога	150,00	29,70	10,70	21,70	301	54-1г	73,31
	Сгущенное цельное молоко с сахаром	20,00	0,2	2,6	8,4	63	ПРОМ	5,30
	Хлеб пшеничный	40,00	4,3	1,8	17,4	110	ПРОМ	3,12
	Чай с сахаром	200,00	0,2	0,0	6,5	27	54-1г	1,82
	Яблоко	100,00	0,4	0,4	9,8	44	ПРОМ	12,50
	итого завтрак третий день второй недели (12)	310	165,6	178,6	307,5	1 661		322,57
	рекомендуемая норма	500	15,4	15,8	67,0	470		80,00
	отклонение от нормы	62,00	1 075,3	1 130,4	459,0	353		403,21
	Итого завтрак среднее значение за две недели	513	35,93	28,70	93,44	628		60,47
	рекомендуемая норма	500	15,4	15,8	67,0	470		80,00
	отклонение от нормы	102,60	233,3	181,6	139,5	134		75,59
	Всего завтрак за 2 недели	6 151	431,16	344,38	1 121,32	7 536		1 108,25