

КАРАЧАЕВО-ЧЕРКЕССКАЯ РЕСПУБЛИКА
УСТЬ-ДЖЕГУТИНСКИЙ МУНИЦИПАЛЬНЫЙ РАЙОН

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

"Средняя общеобразовательная школа а. Сары - Тюз имени Х.А.Аджиевой"



Приложение N 1

УТВЕРЖДЕНО

2024 г. N _____

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

на осенне-зимний период 2024 г.

Вводится 5 ноября 2024 г.

Возрастная группа 7-11 лет

Разработано в соответствии с рекомендациями

1. 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
2. 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
3. Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. Под редакцией В.А.Тутельяна и Д.Б. Никитина. ФГБУН "ФИЦ питания, биотехнологии и безопасности пищи".– М.: ТД ДеЛи, 2022

г. Усть-Джегута

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
	Первая неделя Первый день (1)							
Завтрак	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	7,2	0,1	66	54-19з	9,50
	Рагу из курицы	57/143	20,9	7,0	17,6	217	54-22м	52,70
	Хлеб пшеничный	40	4,3	1,8	17,4	110	ПРОМ	2,80
	Хлеб пшенично-ржаной	20	1,9	0,5	13,0	63	ПРОМ	1,75
	Чай с сахаром	200/7	0,2	0,0	6,5	27	54-1гн	1,53
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44	ПРОМ	9,50
	0	0	0,0	0,0	0,0	0	0	0,00
	итого за первый день первой недели		27,8	16,9	64,4	527		77,78
	Первая неделя Второй день (2)							
Завтрак	Омлет с зеленым горошком	150	9,8	10,7	4,8	154	54-2о	33,87
	Каша "Дружба"	200	5,0	5,8	24,1	169	54-16к	15,77
	Хлеб пшеничный	40	4,3	1,8	17,4	110	ПРОМ	2,80
	Хлеб пшенично-ржаной	20	1,9	0,5	13,0	63	ПРОМ	1,75
	Чай с сахаром	200/7	0,2	0,0	6,5	27	54-1гн	1,53
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44	ПРОМ	9,50
	0	0	0,0	0,0	0,0	0	0	0,00
	итого за второй день первой недели		21,6	19,2	75,6	567		65,22
	Первая неделя Третий день (3)							
Завтрак	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	0,6	3,1	1,8	38	54-5з	10,88
	Бефстроганов из отварной говядины	90	13,5	13,9	2,1	188	54-1м	62,36
	Макароны отварные	150	5,4	4,9	32,8	197	54-1г	9,12
	Соус белый основной 25 г	25	0,7	1,0	1,1	16	54-2соус	1,74
	Хлеб пшеничный	40	4,3	1,8	17,4	110	ПРОМ	2,80
	Хлеб пшенично-ржаной	20	1,9	0,5	13,0	63	ПРОМ	1,75
	Чай с сахаром	200/7	0,2	0,0	6,5	27	54-1гн	1,53
	итого за третий день первой недели		26,6	25,2	74,7	639		90,18
	Первая неделя Четвертый день (4)							
Завтрак	Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	90	12,3	6,7	5,7	132	54-11р	45,76
	Картофельное пюре	150	3,2	5,2	19,8	139	54-11г	16,96
	Хлеб пшеничный	40	4,3	1,8	17,4	110	ПРОМ	2,80
	Хлеб пшенично-ржаной	20	1,9	0,5	13,0	63	ПРОМ	1,75
	Чай с сахаром	200/7	0,2	0,0	6,5	27	54-1гн	1,53
	0	0	0,0	0,0	0,0	0	0	0,00
	0	0	0,0	0,0	0,0	0	0	0,00
	итого за четвертый день первой недели		21,9	14,2	62,4	471		68,80

Прим пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность	№ рецеп- туры	Цена
			Белки	Жиры	Углево- ды			
	Первая неделя Пятый день (5)							
Завтрак	Огурцы соленые	60	0,5	0,1	0,4	8	ПРОМ	7,20
	Плов из курицы (тушка)	90/150	20,3	12,6	42,9	366	199	45,49
	Хлеб пшеничный	40	4,3	1,8	17,4	110	ПРОМ	2,80
	Хлеб пшенично-ржаной	20	1,9	0,5	13,0	63	ПРОМ	1,75
	Чай с сахаром	200/7	0,2	0,0	6,5	27	54-1гн	1,53
	итого за пятый день первой недели		27,6	15,4	90,0	618		68,27
	Вторая неделя первый день (6)							
Завтрак	Бутерброды с сыром российским и маслом	50	5,8	8,3	14,8	157	3	19,30
	Биточек из курицы	90	17,3	3,8	12,1	152	54-23м	36,95
	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,3	6,3	36,0	234	54-4г	13,03
	Соус красный основной 25 г	25	0,8	0,6	2,2	18	54-3соус	2,40
	Хлеб пшеничный	55	5,9	2,5	23,9	151	ПРОМ	3,85
	Чай с сахаром	200/7	0,2	0,0	6,5	27	54-1гн	1,53
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44	ПРОМ	9,50
	итого за первый день второй недели		38,7	21,9	105,3	783		86,56
	Вторая неделя Второй день (7)							
Завтрак	Салат из белокачанной капусты с морковью	60	1,0	6,1	5,8	82	54-8з	4,09
	Гуляш из говядины	90	15,2	14,7	3,6	209	54-2м	68,32
	Картофельное пюре	150	3,2	5,2	19,8	139	54-11г	16,96
	Хлеб пшеничный	40	4,3	1,8	17,4	110	ПРОМ	2,80
	Хлеб пшенично-ржаной	20	1,9	0,5	13,0	63	ПРОМ	1,75
	Чай с сахаром	200/7	0,2	0,0	6,5	27	54-1гн	1,53
	итого за второй день второй недели		25,8	28,3	66,1	630		95,45
	Вторая неделя Третий день (8)							
Завтрак	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	7,2	0,1	66	54-19з	9,50
	Сыр твердых сортов в нарезке	15	3,5	4,4	0,0	54	54-1з	12,14
	Запеканка из творога	150	29,7	10,7	21,7	301	54-1т	63,29
	Хлеб пшеничный	50	5,4	2,3	21,8	137	ПРОМ	3,50
	Чай с сахаром	200/7	0,2	0,0	6,5	27	54-1гн	1,53
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44	ПРОМ	9,50
	0	0	0,0	0,0	0,0	0	0	0,00
	итого за третий день второй недели		39,3	25,0	59,9	629		99,46

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	N рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
	Вторая неделя четвертый день (9)							
Завтрак	Огурцы соленые	60	0,5	0,1	0,4	8	ПРОМ	7,20
	Плов из курицы (тушка)	90/150	20,3	12,6	42,9	366	199	45,49
	Хлеб пшеничный	40	4,3	1,8	17,4	110	ПРОМ	2,80
	Хлеб пшенично-ржаной	20	1,9	0,5	13,0	63	ПРОМ	1,75
	Чай с сахаром	200/7	0,2	0,0	6,5	27	54-1гн	1,53
	0	0	0,0	0,0	0,0	0	0	0,00
	0	0	0,0	0,0	0,0	0	0	0,00
	итого за четвертый день второй недели		27,2	15,0	80,2	574		58,77
	Вторая неделя Пятый день (10)							
Завтрак	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	7,2	0,1	66	54-19з	9,50
	Жаркое по-домашнему из курицы	63/137	24,8	6,2	17,6	226	54-28м	65,64
	Хлеб пшеничный	40	4,3	1,8	17,4	110	ПРОМ	2,80
	Хлеб пшенично-ржаной	20	1,9	0,5	13,0	63	ПРОМ	1,75
	Чай с лимоном и сахаром	200/7/7	0,3	0,0	6,7	28	54-3гн	2,96
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44	ПРОМ	9,50
	0	0	0,0	0,0	0,0	0	0	0,00
	итого за пятый день второй недели	0	31,8	16,1	64,6	537		92,15
	Всего за 10 дней		288,3	197,2	743,2	5975		802,64
	Среднее значение за период		28,8	19,7	74,3	598		80,26
	Рекомендуемая норма завтрака		16,0	16,0	60,0	448		
	Отклонение		180,0	123,1	123,8	133,5		