

Утверждено
генеральным директором
АО «Государственный комбинат питания»

Г.А.Пановым



Согласовано
директором
Стародубской СОШ №2

фамилия, имя, отчество)

(подпись)

М.П.

**Примерное 10-дневное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд
для питания школьников за счёт бюджетных средств (7,00);
для категорий малообеспеченных и многодетных семей (22,00 рубля бюджетных
средств);
для категорий «дети с ОВЗ» или «дети-инвалиды»,
обучающихся в общеобразовательных учреждениях в 5-11 классах
на период 2024-2025 учебного года**

Дата подписания « 30» августа 2024 г.

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: 12-18 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1							
День 1							
Завтрак для льготы	Каша вязкая молочная из пшённой крупы	200	8,12	3,35	39,97	223,00	№173-2015г.
	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	№685-2004г.
	Батон	20	1,60	0,60	10,80	56,00	ПР
<i>Итого за завтрак для льготы</i>		<i>420</i>	<i>9,79</i>	<i>3,97</i>	<i>65,77</i>	<i>339,00</i>	
Первый завтрак для детей-инвалидов	Каша вязкая молочная из пшённой крупы с маслом сливочным	200/5	8,16	6,97	40,03	256,00	№173-2015г.
	Пудинг творожный "Вкусняшка" ванильный с молоком сгущённым	100/13	11,78	10,93	32,18	274,50	ГТК №23
	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	№685-2004г.
	Батон	20	1,60	0,60	10,80	56,00	ПР
<i>Итого за Первый завтрак для детей-инвалидов</i>		<i>538</i>	<i>21,61</i>	<i>18,52</i>	<i>98,01</i>	<i>646,50</i>	
Второй завтрак для детей детей-инвалидов и завтрак для бюджета	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	№685-2004г.
	Печенье "Молочное"	20	1,42	3,02	13,54	87,00	ПР
<i>Итого за второй завтрак для детей детей-инвалидов и завтрак для бюджета</i>		<i>220</i>	<i>1,49</i>	<i>3,04</i>	<i>28,54</i>	<i>147,00</i>	
<i>Итого за день для льготы</i>		<i>420</i>	<i>9,79</i>	<i>3,97</i>	<i>65,77</i>	<i>339,00</i>	
<i>Итого за день для бюджета</i>		<i>220</i>	<i>1,49</i>	<i>3,04</i>	<i>28,54</i>	<i>147,00</i>	
<i>Итого за день для детей-инвалидов</i>		<i>758</i>	<i>23,10</i>	<i>21,56</i>	<i>126,55</i>	<i>793,50</i>	

День 2							
Завтрак для льготы	Каша рассыпчатая гречневая с маслом и сахаром	120/8/8	7,08	7,64	39,87	256,00	№171-2015г.
	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	№685-2004г.
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,72	0,26	9,04	45,60	ПР
Итого за завтрак для льготы		356	8,87	7,92	63,91	361,60	
Первый завтрак для детей-инвалидов	Мясо тушёное (свинина)	65/65	13,75	36,62	3,33	396,50	№256-2015г.
	Каша рассыпчатая гречневая	200	11,46	8,12	51,52	325,00	№302-2015г.
	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	№685-2004г.
	Хлеб ржано-пшеничный	45	3,87	0,59	20,34	102,60	ПР
Итого за Первый завтрак для детей-инвалидов		570	29,16	45,35	90,19	884,10	
Второй завтрак для детей детей-инвалидов и завтрак для бюджета	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	№685-2004г.
	Печенье "Молочное"	20	1,42	3,02	13,54	87,00	ПР
Итого за второй завтрак для детей детей-инвалидов и завтрак для бюджета		220	1,49	3,04	28,54	147,00	
Итого за день для льготы		356	8,87	7,92	63,91	361,60	
Итого за день для бюджета		220	1,49	3,04	28,54	147,00	
Итого за день для детей-инвалидов		790	30,65	48,39	118,73	1 031,10	

День 3							
Завтрак для льготы	Салат из свеклы отварной	60	0,84	3,61	4,96	55,68	№52-2015г.
	Картофель тушёный по-домашнему <i>или пюре картофельное</i>	150	2,55	5,25	19,20	134,10	ТТК №13
		<i>175</i>	<i>3,58</i>	<i>5,60</i>	<i>23,85</i>	<i>160,13</i>	<i>№312-2015г.</i>
	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	№685-2004г.
	Хлеб ржано- пшеничный	40	3,44	0,52	18,08	91,20	ПР
<i>Итого за завтрак для льготы</i>		<i>450</i>	<i>6,90</i>	<i>9,40</i>	<i>57,24</i>	<i>340,98</i>	
Первый завтрак для детей- инвалидов	Салат из свеклы отварной	50	0,70	3,01	4,13	46,40	№52-2015г.
	Котлета "Нежная" (из цыплят и свинины)	70	10,50	16,65	10,50	233,40	ТТК №26
	Картофель тушёный по-домашнему <i>или пюре картофельное</i>	150	2,55	5,25	19,20	134,10	ТТК №13
		<i>175</i>	<i>3,58</i>	<i>5,60</i>	<i>23,85</i>	<i>160,13</i>	<i>№312-2015г.</i>
	Напиток "Витаминка"	200	0,50	0,00	22,80	93,10	ТТК №27
	Печенье "Топлёное молоко" в шоколадной глазури	22	1,45	4,80	14,08	104,94	ПР
	Хлеб ржано- пшеничный	25	2,15	0,33	11,30	57,00	ПР
<i>Итого за Первый завтрак для детей-инвалидов</i>		<i>517</i>	<i>17,86</i>	<i>30,03</i>	<i>82,01</i>	<i>668,94</i>	
Второй завтрак для детей детей- инвалидов и завтрак для бюджета	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	№685-2004г.
	Печенье "Молочное"	20	1,42	3,02	13,54	87,00	ПР
<i>Итого за второй завтрак для детей детей-инвалидов и завтрак для бюджета</i>		<i>220</i>	<i>1,49</i>	<i>3,04</i>	<i>28,54</i>	<i>147,00</i>	
<i>Итого за день для льготы</i>		<i>450</i>	<i>6,9048</i>	<i>9,3972</i>	<i>57,236</i>	<i>340,98</i>	
<i>Итого за день для бюджета</i>		<i>220</i>	<i>1,49</i>	<i>3,04</i>	<i>28,54</i>	<i>147,00</i>	
<i>Итого за день для детей- инвалидов</i>		<i>737</i>	<i>19,346</i>	<i>33,067</i>	<i>110,55</i>	<i>815,94</i>	

День 4							
Завтрак для льготы	Каша рассыпчатая рисовая с маслом и сахаром	105/7/7	2,65	5,45	34,49	197,40	№171-2015г.
	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	№685-2004г.
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,58	0,39	13,56	68,40	ПР
Итого за завтрак для льготы		349	5,30	5,86	63,05	325,80	
Первый завтрак для детей-инвалидов	Филе горбуши запечённое	70	16,45	6,93	2,66	138,95	ТТК №15
	Рис отварной	200	4,87	7,17	48,91	279,60	№304-2015г
	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	№685-2004г.
	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,44	0,52	18,08	91,20	ПР
Итого за Первый завтрак для детей-инвалидов		510	24,83	14,64	84,65	569,75	
Второй завтрак для детей-инвалидов и завтрак для бюджета	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	№685-2004г.
	Печенье "Молочное"	20	1,42	3,02	13,54	87,00	ПР
Итого за второй завтрак для детей детей-инвалидов и завтрак для бюджета		220	1,49	3,04	28,54	147,00	
Итого за день для льготы		349	5,296	5,856	63,049	325,8	
Итого за день для бюджета		220	1,49	3,04	28,54	147,00	
Итого за день для детей-инвалидов		730	26,318	17,676	113,192	716,75	

День 5							
Завтрак для льготы	Макаронны отварные с сыром	100/5/7	5,44	6,12	21,32	162,48	№204-2015г.
	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	№685-2004г.
	Хлеб ржано-пшеничный	25	2,15	0,33	11,30	57,00	ПР
Итого за завтрак для льготы		337	7,66	6,46	47,62	279,48	
Первый завтрак для детей-инвалидов	Котлета "Школьная" из свинины	100	13,20	28,40	15,80	370,00	ТТК №104
	Макаронные изделия отварные	170	6,25	5,12	29,97	190,91	№309-2015г.
	Напиток ягодный (из компотной смеси)	200	0,70	0,00	27,00	111,00	ТТК №89
	Вафля десертная	19	0,97	5,74	11,13	100,13	ПР
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,58	0,39	13,56	68,40	ПР
Итого за Первый завтрак для детей-инвалидов		519	23,70	39,65	97,47	840,44	
Первый завтрак для детей-инвалидов (2-й вариант)	Пельмени мясные отварные с маслом	170/4	10,32	18,88	33,71	346,09	№392-2015г.
	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	№685-2004г.
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,58	0,39	13,56	68,40	ПР
Итого за Первый завтрак для детей-инвалидов		404	12,97	19,29	62,27	474,49	
Второй завтрак для детей-инвалидов и завтрак для бюджета	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	№685-2004г.
	Печенье "Молочное"	20	1,42	3,02	13,54	87,00	ПР
Итого за второй завтрак для детей-инвалидов и завтрак для бюджета		220	1,49	3,04	28,54	147,00	
Итого за день для льготы		337	7,66	6,46	47,62	279,48	
Итого за день для бюджета		220	1,49	3,04	28,54	147,00	
Итого за день для детей-инвалидов		739	25,19	42,69	126,01	987,44	
Итого за день для детей-инвалидов (2-й вариант)		624	14,457	22,33	90,812	621,485	

Неделя 2							
День 1							
Завтрак для льготы	Каша вязкая молочная из рисовой крупы	180	5,33	3,24	38,54	205,20	№174-2015г.
	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	№685-2004г.
	Хлеб ржано-пшеничный	15	2,58	0,39	13,56	68,40	ПР
Итого за завтрак для льготы		395	7,98	3,65	67,10	333,60	
Первый завтрак для детей-инвалидов	Сыр "Российский" (порциями)	20	4,64	5,90	0,00	72,80	№15-2015г.
	Каша вязкая молочная из рисовой крупы с маслом сливочным	200/3	5,94	5,78	42,86	247,80	№174-2015г.
	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	№685-2004г.
	Блинчики п/ф (вишнёвый джем)	108	3,40	6,40	31,80	199,00	ТТК №50
	Батон	25	2,00	0,75	13,50	70,00	ПР
Итого за Первый завтрак для детей-инвалидов		556	16,05	18,85	103,16	649,60	
Второй завтрак для детей-инвалидов и завтрак для бюджета	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	№685-2004г.
	Печенье "Молочное"	20	1,42	3,02	13,54	87,00	ПР
Итого за второй завтрак для детей-инвалидов и завтрак для бюджета		220	1,49	3,04	28,54	147,00	
Итого за день для льготы		395	7,98	3,65	67,10	333,60	
Итого за день для бюджета		220	1,49	3,04	28,54	147,00	
Итого за день для детей-инвалидов		776	17,54	21,89	131,70	796,60	

День 2							
Завтрак для льготы	Каша рассыпчатая гречневая с маслом и сахаром	120/8/8	7,08	7,64	39,87	256,00	№171-2015г.
	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	№685-2004г.
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,72	0,26	9,04	45,60	ПР
Итого за завтрак для льготы		356	8,87	7,92	63,91	361,60	
Первый завтрак для детей-инвалидов	Филе цыплёнка тушёное	65/65	20,28	10,92	4,29	196,56	ТТК №48
	Каша рассыпчатая гречневая	180	10,32	7,31	46,37	292,50	№302-2015г.
	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	№685-2004г.
	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,44	0,52	18,08	91,20	ПР
Итого за Первый завтрак для детей-инвалидов		550	34,11	18,77	83,74	640,26	
Второй завтрак для детей детей-инвалидов и завтрак для бюджета	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	№685-2004г.
	Печенье "Молочное"	20	1,42	3,02	13,54	87,00	ПР
Итого за второй завтрак для детей детей-инвалидов и завтрак для бюджета		220	1,49	3,04	28,54	147,00	
Итого за день для льготы		356	8,87	7,92	63,91	361,60	
Итого за день для бюджета		220	1,49	3,04	28,54	147,00	
Итого за день для детей-инвалидов		770	35,60	21,81	112,28	787,26	

День 3							
Завтрак для льготы	Макаронны отварные с сыром	100/5/7	5,44	6,12	21,32	162,48	№204-2015г.
	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	№685-2004г.
	Хлеб ржано-пшеничный	25	2,15	0,33	11,30	57,00	ПР
Итого за завтрак для льготы		337	7,66	6,46	47,62	279,48	
Первый завтрак для детей-инвалидов	Тефтели 2-й вариант из свинины с соусом сметанным с томатом	120/100	13,92	32,22	23,22	446,00	№279,331-2015г.
	Макаронные изделия отварные	210	7,72	6,32	37,02	235,83	№309-2015г.
	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	№685-2004г.
	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,44	0,52	18,08	91,20	ПР
Итого за Первый завтрак для детей-инвалидов		670	25,15	39,08	93,32	833,03	
Второй завтрак для детей детей-инвалидов и завтрак для бюджета	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	№685-2004г.
	Печенье "Молочное"	20	1,42	3,02	13,54	87,00	ПР
Итого за второй завтрак для детей детей-инвалидов и завтрак для бюджета		220	1,49	3,04	28,54	147,00	
Итого за день для льготы		337	7,66	6,46	47,62	279,48	
Итого за день для бюджета		220	1,49	3,04	28,54	147,00	
Итого за день для детей-инвалидов		890	26,64	42,12	121,86	980,03	

День 4							
Завтрак для льготы	Каша рассыпчатая рисовая с маслом и сахаром	105/7/7	2,65	5,45	34,49	197,40	№171-2015г.
	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	№685-2004г.
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,58	0,39	13,56	68,40	ПР
Итого за завтрак для льготы		349	5,30	5,86	63,05	325,80	
Первый завтрак для детей-инвалидов	Плов "Школьный" из филе цыплят	70/175	24,50	24,68	42,88	491,23	ТТК №20
	Чай с лимоном	200/15/7	0,13	0,02	15,20	62,00	№686-2004г.
	Хлеб ржано-пшеничный	50	4,30	0,65	22,60	114,00	ПР
Итого за Первый завтрак для детей-инвалидов		495	28,93	25,35	80,68	667,23	
Второй завтрак для детей-инвалидов и завтрак для бюджета	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	№685-2004г.
	Печенье "Молочное"	20	1,42	3,02	13,54	87,00	ПР
Итого за второй завтрак для детей детей-инвалидов и завтрак для бюджета		220	1,49	3,04	28,54	147,00	
Итого за день для льготы		349	5,30	5,86	63,05	325,80	
Итого за день для бюджета		220	1,49	3,04	28,54	147,00	
Итого за день для детей-инвалидов		715	30,42	28,39	109,22	814,23	

День 5							
Завтрак для льготы	Картофель тушёный по-домашнему	120	2,04	4,20	15,36	107,28	ТТК №13
	Бобовые отварные (горошек зелёный консервированный)	15	0,43	0,41	0,87	8,88	№306-2015г.
	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	№685-2004г.
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,58	0,39	13,56	68,40	ПР
Итого за завтрак для льготы		365	5,12	5,02	44,79	244,56	
Первый завтрак для детей-инвалидов	Биточки рыбные "Диетические" из минтая	90	13,20	6,96	14,40	174,00	ТТК №103
	Картофель тушёный по-домашнему <i>или пюре картофельное</i>	150	2,55	5,25	19,20	134,10	ТТК №13
		175	3,58	5,60	23,85	160,13	№312-2015г.
	Бобовые отварные (горошек зелёный консервированный)	25	0,72	0,68	1,45	14,80	№306-2015г.
	Сок фруктовый в ассортименте	200	0,55	0,20	25,00	104,00	№389-2015г.
	Хлеб ржано-пшеничный	25	2,15	0,33	11,30	57,00	ПР
Итого за Первый завтрак для детей-инвалидов		490	19,17	13,42	71,35	483,90	
Второй завтрак для детей-инвалидов и завтрак для бюджета	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	№685-2004г.
	Печенье "Молочное"	20	1,42	3,02	13,54	87,00	ПР
Итого за второй завтрак для детей-инвалидов и завтрак для бюджета		220	1,49	3,04	28,54	147,00	
Итого за день для льготы		365	5,12	5,02	44,79	244,56	
Итого за день для бюджета		220	1,49	3,04	28,54	147,00	
Итого за день для детей-инвалидов		710	20,66	16,46	99,89	630,90	
Среднее значение за период для льготы		371	7,35	6,25	58,41	319,19	
Среднее значение за период для бюджета		220	1,49	3,04	28,54	147,00	
Среднее значение за период для детей-инвалидов		762	25,55	29,40	117,00	835,37	

*для исполнения норм Методических рекомендаций к организации общественного питания населения п.7.2.13 МР 2.3.6.0233-21 в общеобразовательных организациях с 1 марта приготовление салатов и холодных закусок из сырых овощей допускается только из овощей нового урожая; овощи прошлогоднего урожая могут использоваться после прохождения тепловой обработки.

Составлено на основании:

- Единого сборника технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий/сост. А.Я.Перевалов, Н.В. Тапешкина. - Изд-е 4-е доп. и испр. - Пермь, 2021. - 410 с.;
- Сборника технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи плюс, 2015. – 544 с.;
- Химический состав и калорийность российских пищевых продуктов: Справочник / В. А. Тутельян. – М.:

ДеЛи плюс, 2012. – 284 с.;

— Сборник технических нормативов – Сборник рецептов блюда и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под общей редакцией В.Т.Лапшиной. – М.: «Хлебпродинформ», 2004. – 640 с.;

— Техничко-технологических карт на разработанные блюд.