

КАРАЧАЕВО-ЧЕРКЕССКАЯ РЕСПУБЛИКА
УСТЬ-ДЖЕГУТИНСКИЙ МУНИЦИПАЛЬНЫЙ РАЙОН

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

"Средняя общеобразовательная школа им. Х. Суюнчева а.Новая Дзегула"

Приложение № 1

УТВЕРЖДЕНО

приказом от 02.12.2024 №301



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

на осенне-зимний период 2024 г.

ЗАВТРАК

Вводится 1 декабря 2024 г.

Возрастная группа 7-11 лет

**Разработано в соответствии с рекомендациями
и сборниками рецептов:**

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 Делти, 2022

Г. Усть-Джегута

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур
			Белки	Жиры	Углеводы		
	Первая неделя Первого дня (1)						
	Шницель из курицы	75	14,40	3,20	10,10	126	54-24м
	Макаронны отварные с сыром	150	7,90	6,80	28,60	208	54-3г
	Хлеб пшеничный	40	4,28	1,80	17,40	110	ПРОМ
	Хлеб пшенично-ржаной	20	1,88	0,50	13,00	63	ПРОМ
	Чай с лимоном и сахаром	200/7/7	0,30	0,00	6,70	28	54-3гн
	Яблоко	100	0,42	0,42	9,83	44	ПРОМ
	0	0	0,00	0,00	0,00	0	0
	0	0	0,00	0,00	0,00	0	0
	итого за первый день, первой недели	590	29,18	12,72	85,63	579	
	Первая неделя Второго дня (2)						
	Каша "Дружба"	200	5,00	5,80	24,10	169	54-16к
	Яйцо вареное	40	4,80	4,00	0,30	57	54-6о
	Икра кабачковая	30	0,30	2,10	2,10	29	ПРОМ
	Хлеб пшеничный	40	4,28	1,80	17,40	110	ПРОМ
	Хлеб пшенично-ржаной	20	1,88	0,50	13,00	63	ПРОМ
	Чай с лимоном и сахаром	200/7/7	0,30	0,00	6,70	28	54-3гн
	Яблоко	100	0,42	0,42	9,83	44	ПРОМ
	0	0	0,00	0,00	0,00	0	0
	итого за второй день, первой недели	635	16,98	14,62	73,43	500	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	N рецептур
			Белки	Жиры	Углеводы		
	Первая неделя Третий день (3)						
	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	1,00	6,10	5,80	82	54-83
	Бифстrogанов из отварной говядины	90	13,50	13,90	2,10	188	54-1м
	Соус белый основной 25 г	25	0,70	1,00	1,10	16	54-2соус
	Картофель отварной	105	2,00	4,00	14,00	105	89
	Хлеб пшеничный	40	4,28	1,80	17,40	110	ПРОМ
	Хлеб пшенично-ржаной	20	1,88	0,50	13,00	63	ПРОМ
	Какао с молоком	200	4,60	3,60	12,60	100	54-21гн
	0	0	0,00	0,00	0,00	0	0
	итого за третий день, первый недели	545	27,96	30,90	66,00	664	
	Первая неделя Четвертый день (4)						
	Рыба запеченная в молочном соусе в сухарях (минтай)	50/40	14,00	8,30	3,90	147	159
	Картофельное пюре	150	3,20	5,20	19,80	139	54-11г
	Хлеб пшеничный	40	4,28	1,80	17,40	110	ПРОМ
	Хлеб пшенично-ржаной	20	1,88	0,50	13,00	63	ПРОМ
	Хлеб пшенично-ржаной	200/7/7	0,30	0,00	6,70	28	54-3гн
	Чай с лимоном и сахаром	100	0,42	0,42	9,83	44	ПРОМ
	Яблоко	0	0,00	0,00	0,00	0	0
	итого за четвертый день первой недели	605	24,08	16,22	70,63	531	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	N рецептур
			Белки	Жиры	Углеводы		
Первая неделя Пятый день (5)							
	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	0,60	3,10	1,80	38	54-53
	Плов из курицы (тушка)	90/150	20,30	12,60	42,90	366	199
	Хлеб пшеничный	40	4,28	1,80	17,40	110	ПРОМ
	Хлеб пшенично-ржаной	20	1,88	0,50	13,00	63	ПРОМ
	Чай с сахаром	200/7	0,20	0,00	6,50	27	54-1гн
	Мандарины	100	0,81	0,31	11,54	53	ПРОМ
	0	0	0,00	0,00	0,00	0	0
	0	0	0,00	0,00	0,00	0	0
	Итого за пятый день первой недели	665	28,07	18,31	93,14	657	
Вторая неделя первый день (6)							
	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	1,00	6,10	5,80	82	54-83
	Гуляш из говядины	90	15,20	14,70	3,60	209	54-2м
	Картофельное пюре	150	3,20	5,20	19,80	139	54-1г
	Хлеб пшеничный	55	5,89	2,48	23,93	151	ПРОМ
	Чай с лимоном и сахаром	200/7/7	0,30	0,00	6,70	28	54-3гн
	Яблоко	100	0,42	0,42	9,83	44	ПРОМ
	0	0	0,00	0,00	0,00	0	0
	0	0	0,00	0,00	0,00	0	0
	Итого за первый день второй недели	655	26,01	28,90	69,66	653	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	N рецептур
			Белки	Жиры	Углеводы		
	Вторая неделя Второй день (7)						
	Салат картофельный с морковью и зеленым горошком	60	1,60	4,20	5,70	67	29
	Котлеты из курицы	90	17,30	3,80	12,10	152	54-5м
	Соус красный основной 25 г	25	0,80	0,60	2,20	18	54-3соус
	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,30	6,30	36,00	234	54-4г
	Хлеб пшеничный	40	4,28	1,80	17,40	110	ПРОМ
	Хлеб пшенично-ржаной	20	1,88	0,50	13,00	63	ПРОМ
	Чай с лимоном и сахаром	200/7/7	0,30	0,00	6,70	28	54-3гн
	Яблоко	100	0,42	0,42	9,83	44	ПРОМ
	0	0	0,00	0,00	0,00	0	0
	Итого за второй день Второй недели	690	34,88	17,62	102,93	716	
	Третья неделя Третий день (8)						
	Каша жидкая молочная рисовая	200	5,30	5,40	28,70	185	54-25.1к
	Запеканка из творога	150	29,70	10,70	21,70	301	54-1г
	Сгущенное цельное молоко с сахаром	20	0,22	2,58	8,41	63	ПРОМ
	Хлеб пшеничный	50	5,35	2,25	21,75	137	ПРОМ
	Чай с сахаром	200/7	0,20	0,00	6,50	27	54-1гн
	Мандарины	100	0,81	0,31	11,54	53	ПРОМ
	0	0	0,00	0,00	0,00	0	0
	0	0	0,00	0,00	0,00	0	0
	Итого за третий день Второй недели	720	41,58	21,24	98,60	766	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур
			Белки	Жиры	Углеводы		
	Вторая неделя четвертый день (9)						
	Салат из обезжиренной капусты с морковью	60	1,00	6,10	5,80	82	54-83
	Терфели из говядины паровые	100	13,70	11,80	8,30	195	54-8м
	Макаронны отварные с сыром	150	7,90	6,80	28,60	208	54-3г
	Хлеб пшеничный	40	4,28	1,80	17,40	110	ПРОМ
	Хлеб пшенично-ржаной	20	1,88	0,50	13,00	63	ПРОМ
	Чай с сахаром	200/7	0,20	0,00	6,50	27	54-1гн
	Мандарины	100	0,81	0,31	11,54	53	ПРОМ
	0	0	0,00	0,00	0,00	0	0
	0	0	0,00	0,00	0,00	0	0
	Итого за четвертый день второй недели	675	29,77	27,31	91,14	738	
	Вторая неделя пятый день (10)						
	Масло сливочное (порциями)	10	0,10	7,20	0,10	66	54-193
	Сыр твердых сортов в нарезке	15	3,50	4,40	0,00	54	54-13
	Жаркое по-домашнему из курицы	63/137	24,80	6,20	17,60	226	54-28м
	Хлеб пшеничный	40	4,28	1,80	17,40	110	ПРОМ
	Хлеб пшенично-ржаной	20	1,88	0,50	13,00	63	ПРОМ
	Чай с лимоном и сахаром	200/7/7	0,30	0,00	6,70	28	54-3гн
	Яблоко	100	0,42	0,42	9,83	44	ПРОМ
	0	0	0,00	0,00	0,00	0	0
	0	0	0,00	0,00	0,00	0	0
	Итого за пятый день второй недели	590	35,28	20,52	64,63	591	
	Всего за две недели	6370	293,79	208,36	815,79	6395	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	N рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
	Среднее значение за период	637	29,38	20,84	81,58	640	
	Рекомендуемая норма завтрака		16,00	16,00	60,00	448	
	Отклонение		183,63	130,25	135,97	143	