



Согласовано
Директор
"МОУ "Изобильненская школа имени
Ф.У. Чалбаша"



Е.П. Савельева
2024г



УТВЕРЖДАЮ
Директор ООО "Традиции"
г. Симферополь
А.В. Кордончик
"02" "09" 2024г.

Основное (организованное) меню горячего питания (завтрак) учащихся 1 -
4 классов, СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Сезон: Осенний; Возрастная категория 7-11 лет
общеобразовательных школ Алуштинского района

Прием пищи, наименование блюда		Норма суммарный объем блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
Завтрак							
1 день							
14	Масло сливочное (порциями)		10	0,08	7,25	0,13	66,00
210	Омлет натуральный		106	9,83	17,54	1,86	204,69
181	Каша жидкая молочная из манной крупы		200	5,82	10,21	30,84	239,05
573(ПР)	Хлеб пшеничный		40	3,04	0,32	19,68	93,60
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный		20	1,36	0,26	7,96	39,60
457	Чай с сахаром		200	0,20	0,10	9,30	38,00
ИТОГО		500	576	20,33	35,68	69,77	680,94

Прием пищи, наименование блюда		Норма суммарный объем блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
Завтрак							
22	Салат из моркови и яблок		70	0,91	4,27	6,86	69,30
204	Макароны отварные с сыром		200	13,54	15,92	34,11	334,40
459	Чай с лимоном		200	0,30	0,10	9,50	40,00
338	Фрукты свежие		125	1,88	0,63	26,25	120,00
573(ПР)	Хлеб пшеничный		40	3,04	0,32	19,68	93,60
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный		20	1,36	0,26	7,96	39,60
ИТОГО		500	655	21,02	21,50	104,36	696,90

Прием пищи, наименование блюда		Норма суммарный объем блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
Завтрак							
285	Пудинг творожный запеченный		120	18,08	6,40	24,80	228,80
471	Молоко сгущенное		15	1,08	1,28	8,33	49,05
121	Суп молочный с крупой (кукурузная)		200	2,97	3,57	6,14	71,20
579	Чай с шиповником		200	0,40	0,10	18,40	77,00
573(ПР)	Хлеб пшеничный		40	3,04	0,32	19,68	93,60
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный		20	1,36	0,26	7,96	39,60
ИТОГО		500	595	26,93	11,93	85,31	559,25

Прием пищи, наименование блюда		Норма суммарный объем блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
Завтрак							
14	Масло сливочное (порциями)		10	0,08	7,25	0,13	66,00
210	Омлет натуральный		106	9,83	17,54	1,86	204,69
140	Суп молочный с крупой (гречка)		200	4,80	5,00	16,44	130,00
389	Сок фруктовый		200	1,00	0,00	20,20	84,80
573(ПР)	Хлеб пшеничный		40	3,04	0,32	19,68	93,60
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный		20	1,36	0,26	7,96	39,60
ИТОГО		500	576	20,11	30,37	66,27	618,69

Прием пищи, наименование блюда		Норма суммарный объем блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
Завтрак							
14	Масло сливочное (порциями)		10	0,08	7,25	0,13	66,00
15	Сыр (порциями)		15	3,48	4,43	0,00	54,00
399	Блинчики со сгущ. молоком		70/15	4,62	2,63	28,67	156,5
181	Каша жидкая молочная из манной крупы		200	5,82	10,21	30,84	239,05
457	Чай с сахаром		200	0,20	0,10	9,30	38,00
573(ПР)	Хлеб пшеничный		40	3,04	0,32	19,68	93,60
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный		20	1,36	0,26	7,96	39,60
ИТОГО		500	570	18,60	25,19	96,57	686,79

5 день

	Прием пищи, наименование блюда	Норма суммарный объем блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
	Завтрак						
14	Масло сливочное (порциями)		10	0,08	7,25	0,13	66,00
182	Каша вязкая молочная пшенная		200	7,15	11,16	35,29	271,43
581(ПР)	Кондитерские изделия		25	6,48	3,68	18,75	91,50
338	Фрукты свежие		150	0,60	0,60	14,70	70,50
459	Чай с лимоном		200	0,30	0,10	9,50	40,00
573(ПР)	Хлеб пшеничный		40	3,04	0,32	19,68	93,60
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный		20	1,36	0,26	7,96	39,60
	ИТОГО	500	645	19,01	23,37	106,01	672,63

7 день

	Прием пищи, наименование блюда	Норма суммарный объем блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
	Завтрак						
14	Масло сливочное (порциями)		10	0,08	7,25	0,13	66,00
324	Пудинг из творога с яблоками		115	17,94	10,47	16,91	155,63
121	Суп молочный с крупой (кукурузная)		200	2,97	3,57	6,14	71,20
579	Чай с шиповником		200	0,40	0,10	18,40	77,00
573(ПР)	Хлеб пшеничный		40	3,04	0,32	19,68	93,60
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный		20	1,36	0,26	7,96	39,60
	ИТОГО	500	585	25,79	21,97	69,22	503,03

8 день

	Прием пищи, наименование блюда	Норма суммарный объем блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
	Завтрак						
22	Салат из моркови и яблок		80	1,04	4,88	7,84	79,20
204	Макароны отварные с сыром		200	13,54	15,92	34,11	334,40
389	Сок фруктовый		200	1,00	0,00	20,20	84,80
573(ПР)	Хлеб пшеничный		40	3,04	0,32	19,68	93,60
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный		20	1,36	0,26	7,96	39,60
	ИТОГО	500	540	19,98	21,38	89,79	631,60

9 день

	Прием пищи, наименование блюда	Норма суммарный объем блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
	Завтрак						
14	Масло сливочное (порциями)		10	0,08	7,25	0,13	66,00
210	Омлет натуральный		106	9,83	17,54	1,86	204,69
121	Суп молочный с крупой (овсянка)		200	2,97	3,57	6,14	71,20
457	Чай с сахаром		200	0,20	0,10	9,30	38,00
573(ПР)	Хлеб пшеничный		40	3,04	0,32	19,68	93,60
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный		20	1,36	0,26	7,96	39,60
	ИТОГО	500	576	17,48	29,05	45,08	513,09

10 день

	Прием пищи, наименование блюда	Норма суммарный объем блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
	Завтрак						
522	Вареники с творожным фаршем		200	6,73	4,78	36,29	215,61
433	Сметана 15 %		15	0,36	2,25	0,49	23,63
579	Чай с шиповником		200	0,40	0,10	18,40	77,00
338	Фрукты свежие		155	2,33	0,78	32,55	148,80
573(ПР)	Хлеб пшеничный		40	3,04	0,32	19,68	93,60
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный		20	1,36	0,26	7,96	39,60
	ИТОГО	500	630	14,21	8,49	115,37	598,23

Факт

595 18,31 19,32 77,80 548,02

Норма

500 17,71 18,17 77,05 540,50

% выполняемости

119 103 106 101 101