

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



Е.Л. Савельева  
2024г

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



Основное (организованное) меню горячего питания (завтрак) учащихся 5-  
11 классов, СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Сезон: Осенний; Возрастная категория 12-18 лет  
общеобразовательных школ Алуштинского района

	Прием пищи, наименование блюда	Норма суммарный объем блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность
	Завтрак			Б	Ж	У	(ккал)

**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		250	7,27	12,76	38,55	298,81
573(ПР)	Хлеб пшеничный		50	3,80	0,40	24,60	117,00
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный		30	2,04	0,39	11,94	59,40
457	Чай с сахаром		200	0,20	0,10	9,30	38,00
	<b>ИТОГО</b>	<b>550</b>	<b>646</b>	<b>23,23</b>	<b>38,45</b>	<b>86,38</b>	<b>783,90</b>

**2 день**

	Прием пищи, наименование блюда	Норма суммарный объем блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность
	Завтрак			Б	Ж	У	(ккал)
22	Салат из моркови и яблок		100	1,30	6,10	9,80	99,00
204	Макаронные изделия отварные с сыром		225	15,23	17,91	38,38	376,20
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		50	3,80	0,40	24,60	117,00
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный		30	2,04	0,39	11,94	59,40
	<b>ИТОГО</b>	<b>550</b>	<b>730</b>	<b>24,54</b>	<b>25,53</b>	<b>120,47</b>	<b>811,60</b>

**3 день**

	Прием пищи, наименование блюда	Норма суммарный объем блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность
	Завтрак			Б	Ж	У	(ккал)
285	Пудинг творожный запеченный		130	19,59	6,93	26,87	247,87
471	Молоко сгущенное		15	1,08	1,28	8,33	49,05
121	Суп молочный с крупой (кукурузная)		250	3,71	4,47	7,68	89,00
579	Чай с шиповником		200	0,40	0,10	18,40	77,00
573(ПР)	Хлеб пшеничный		50	3,80	0,40	24,60	117,00
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный		30	2,04	0,39	11,94	59,40
	<b>ИТОГО</b>	<b>550</b>	<b>675</b>	<b>30,62</b>	<b>13,57</b>	<b>97,81</b>	<b>639,32</b>

**4 день**

	Прием пищи, наименование блюда	Норма суммарный объем блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность
	Завтрак			Б	Ж	У	(ккал)
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)		250	6,00	6,25	20,55	162,50
389	Сок фруктовый		200	1,00	0,00	20,20	84,80
573(ПР)	Хлеб пшеничный		50	3,80	0,40	24,60	117,00
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный		30	2,04	0,39	11,94	59,40
	<b>ИТОГО</b>	<b>550</b>	<b>646</b>	<b>22,75</b>	<b>31,83</b>	<b>79,28</b>	<b>694,39</b>

**5 день**

	Прием пищи, наименование блюда	Норма суммарный объем блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность
	Завтрак			Б	Ж	У	(ккал)
14	Масло сливочное (порциями)		10	0,08	7,25	0,13	66,00
15	Сыр (порциями)		20	4,64	5,90	0,00	72,00
399	Блинчики со сгущ. молоком		100/15	6,25	3,56	38,78	211,8
181	Каша жидкая молочная из манной крупы		250	7,27	12,76	38,55	298,81
457	Чай с сахаром		200	0,20	0,10	9,30	38,00
573(ПР)	Хлеб пшеничный		50	3,80	0,40	24,60	117,00
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный		30	2,04	0,39	11,94	59,40
	<b>ИТОГО</b>	<b>550</b>	<b>675</b>	<b>24,28</b>	<b>30,36</b>	<b>123,30</b>	<b>863,00</b>

## 6 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		250	8,94	13,95	44,11	339,29
581(ПР)	Кондитерские изделия		38	9,71	5,51	28,13	137,25
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		50	3,80	0,40	24,60	117,00
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный		30	2,04	0,39	11,94	59,40
	ИТОГО	550	728	25,47	28,20	133,10	829,44

## 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		130	20,28	11,83	19,11	175,93
121	Суп молочный с крупой (кукурузная)		250	3,71	4,47	7,68	89,00
579	Чай с шиповником		200	0,40	0,10	18,40	77,00
573(ПР)	Хлеб пшеничный		50	3,80	0,40	24,60	117,00
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный		30	2,04	0,39	11,94	59,40
	ИТОГО	550	670	30,31	24,44	81,86	584,33

## 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		100	1,30	6,10	9,80	99,00
204	Макаронные изделия отварные с сыром		225	15,23	17,91	38,38	376,20
389	Сок фруктовый		200	1,00	0,00	20,20	84,80
573(ПР)	Хлеб пшеничный		50	3,80	0,40	24,60	117,00
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный		30	2,04	0,39	11,94	59,40
	ИТОГО	550	605	23,37	24,80	104,92	736,40

## 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)		250	3,71	4,47	7,68	89,00
457	Чай с сахаром		200	0,20	0,10	9,30	38,00
573(ПР)	Хлеб пшеничный		50	3,80	0,40	24,60	117,00
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный		30	2,04	0,39	11,94	59,40
	ИТОГО	550	646	19,66	30,15	55,51	574,09

## 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		225	7,57	5,38	40,83	242,56
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		50	3,80	0,40	24,60	117,00
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный		30	2,04	0,39	11,94	59,40
	ИТОГО	550	675	16,50	9,29	128,81	668,39

Факт

670 21,75 21,82 92,51 640,10

Норма

550 20,70 21,16 88,09 625,60

% выполняемости

122 105 103 105 102