

Утверждено: _____
Генеральный директор ООО "Аркада"
И. В. Сависский А. Б./
«Аркада»
«_____» _____ 2025г.
«_____» _____ 2025г.
«_____» _____ 2025г.

Согласовано: _____
Директор МБОУ СОШ № 37
Н. С. Туманова/
«_____» _____ 2025г.
«_____» _____ 2025г.
«_____» _____ 2025г.

ОСНОВНОЕ МЕНЮ
для организации горячим питанием детей с ограниченными возможностями здоровья в образовательных
учреждениях города Астрахани, для учащихся от 7 до 11 лет, 10-ти дневное.

С использованием:

* Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях, Сборник технических нормативов,
издательство Москва "Дели шес" 2017 г., рекомендовано НИИ питания РАМН, руководители разработки сборника Мотильный М.П.
(ГОУ ВПО ШТУ), Тутьельян В.А.(ГУУ НИИ питания РАМН), А.Я.Перевалов 2018 г.

Согласно СанПин 2.3/2.4.3590-20, Таблица № 2

Астрахань 2025год.

МЕНЮ ОСНОВНОЕ, СОШ Аспрахань, 7-11 лет (завтрак, 2 завтрак), ОБС

Дни/прие	Наименование блюда	Выход 7-10 лет, грамм.	Пищевые вещества, грамм.			Витамины, мг.						Минеральные вещества, мг.								№ рецептур
			Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	С	В1	В2	А	Д. мкг.	Са	Р	Мг	Fe	К	І	Se	F	
1. День																				
м. пища																				221
завтрак	Каша пшеничная	205	11,02	13,20	57,97	394,40	1,72	0,06	0,04	74,00	3,75	189,72	58,71	55,75	1,27	0,73	0,01	0,00	0,06	376
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	11,09	44,40	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	16,76	2,80	1,44	0,31	2,82	0,00	0,00	0,00	376
	Кондитерское изделие (пирожок)	30	2,30	5,40	20,10	138,90	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	376
	Хлеб пшеничный	65	5,14	0,65	31,40	153,40	0,00	0,10	0,04	0,00	0,00	22,57	56,55	21,45	1,30	28,53	0,00	0,00	0,06	521
Итого:		500	18,53	19,27	120,56	731,10	1,75	0,16	0,08	74,00	3,75	229,05	118,06	78,64	2,88	32,08	0,01	0,00	0,06	376
2 завтрак	Пюре из картофеля	75	4,91	2,39	40,72	204,03	0,00	0,11	0,07	10,64	1,77	12,40	64,51	23,67	0,57	31,73	0,00	0,00	0,00	
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	11,09	44,40	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	16,76	2,80	1,44	0,31	2,82	0,00	0,00	0,00	
Итого:		275	4,98	2,41	51,81	248,43	0,03	0,11	0,07	10,64	1,77	29,16	67,31	25,11	0,88	34,55	0,00	0,00	0,06	
Итого за день:		775	23,51	21,68	172,37	979,53	1,78	0,27	0,15	84,64	5,52	258,21	185,37	103,75	3,76	66,63	0,01	0,00	0,12	
* с 01 марта производится замена на салат из вареных овощей																				
2. День																				
завтрак	Каша молочная геркулесовая	205	6,00	11,20	26,40	238,00	0,00	0,56	0,16	49,82	0,00	46,00	213,62	38,00	2,00	265,31	0,00	0,00	0,28	311
	Масло сливочное	10	0,10	8,30	0,10	74,80	0,00	0,00	0,01	40,00	0,80	3,62	3,00	0,00	0,02	0,99	0,00	0,00	0,00	338
	Фрукты свежие (сезон)	100	0,53	0,53	13,06	58,66	13,33	0,04	0,03	0,00	0,00	32,21	14,66	12,00	2,93	122,32	0,00	0,00	0,04	377
	Чай с лимоном	200	0,13	0,02	11,32	45,51	3,14	0,00	0,00	0,00	0,00	21,46	4,44	2,44	0,36	7,03	0,00	0,00	0,00	377
	Хлеб пшеничный	65	5,14	0,65	31,40	153,40	0,00	0,10	0,04	0,00	0,00	22,57	56,55	21,45	1,30	28,53	0,00	0,00	0,00	599
Итого:		580	11,90	20,70	82,28	570,37	16,47	0,70	0,24	89,82	0,80	125,86	292,27	73,89	6,61	424,18	0,00	0,00	0,33	376
2 завтрак	Булочка	75	5,40	5,90	45,67	257,35	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	9,33	0,00	8,00	0,63	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	11,09	44,40	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	16,76	2,80	1,44	0,31	2,82	0,00	0,00	0,00	
Итого:		275	5,47	5,92	56,76	301,75	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	26,09	2,80	9,44	0,94	2,82	0,00	0,00	0,00	
Итого за день:		855	17,37	26,62	139,04	872,12	16,50	0,70	0,24	89,82	0,80	151,95	295,07	83,33	7,55	427,00	0,00	0,00	0,33	

* с 01 марта производится замена на салат из вареных овощей

[illegible]

