

Утверждено:	
Генеральный директор	ООО "Аркада"
А.Б.Ставиский/	
2025г.	



Согласовано:	
Директор МБОУ СОШ № 37	/Н.С.Тумпарова/
2025г.	



ОСНОВНОЕ МЕНЮ

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

С использованием:

* Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях, Сборник технических нормативов, Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях, Сборник технических нормативов, изданы Могильный М.П. издастельство Москва "Дели плюс" 2017 г., рекомендовано НИИ питания РАМН, руководители разработки сборника Могильный М.П. (ГОУ ВПО ПГУ), Тутельян В.А.(ГУУ НИИ питания РАМН), А.Я.Перевалов 2018 г.

Согласно СанПиН 2.3/2.4.3590-20, Таблица № 2

Астрахань 2025 год.

МЕНЮ ОСНОВНОЕ, СОШ Астрахань, 7-11 лет (обед, подник).

День/прием пищи	Наименование блюда	Вес/год, грамм.	Пищевые вещества, грамм.				Белки, мг.				Минеральные вещества, мг.				№ рецептур						
			Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	C	B1	B2	A	D, мкг.	Ca	P	Mg	Fe	K	I	Se	F		
1 день																					
Обед	Салат из белокочанной капусты	60	0,84	3,05	5,41	52,44	19,47	0,02	0,02	0,00	0,00	33,85	16,57	9,10	0,31	46,16	0,00	0,00	0,02	45	
	Суп картофельный с көлбезами	250	2,60	2,70	15,80	102,00	4,60	0,08	0,06	8,00	0,00	13,85	0,00	17,67	0,76	0,00	0,00	0,00	0,00	268	
	Колбаса мясная с соусом Молочный	90	10,98	12,23	9,47	192,00	0,26	0,12	48,00	0,59	111,21	134,40	22,80	0,92	71,03	0,00	0,00	0,00	0,04	302	
	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,60	6,09	38,64	243,75	0,00	0,21	0,11	21,00	0,00	22,38	203,93	135,83	4,56	85,67	0,00	0,00	0,00	0,00	349
	Компот из сухофруктов	200	0,44	0,02	27,77	113,00	0,40	0,00	0,01	0,00	0,00	48,05	15,10	6,00	1,25	38,44	0,00	0,00	0,00	0,00	ПР
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	47,20	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	6,94	17,42	6,60	8,78	0,00	0,00	0,00	0,06	ПР	
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,00	0,00	0,05	0,03	0,00	0,00	15,85	47,10	14,10	0,67	24,25	0,00	0,00	0,00	0,00	212
	Итого:	800	27,02	24,65	116,77	802,39	24,73	0,46	0,36	77,00	0,59	252,13	435,12	212,10	8,87	274,33	0,00	0,00	0,00	0,00	401
Подник	Оладьи с сахаром 80/10	90	10,28	7,28	41,42	254,30	0,43	0,14	0,12	16,94	0,00	118,60	110,42	30,49	1,23	58,90	0,00	0,00	0,00	0,00	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	0,00	
	Итого:	290	10,35	7,30	52,51	298,70	0,46	0,14	0,12	16,94	0,00	135,36	113,22	31,93	1,54	61,72	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Итого за день:	1090	37,37	31,95	169,28	1101,09	25,19	0,50	0,48	93,94	0,59	387,49	548,34	244,03	10,41	336,05	0,00	0,00	2,12		
* с 01 марта производится замена на салат из варенных овощей																					
2 день																					
Обед	Салат из свеклы отварной	60	0,86	3,65	5,02	56,34	5,70	0,01	0,02	0,00	0,00	31,85	24,58	12,54	0,80	54,17	0,01	0,00	0,06	52	
	Рассольник Ленинградский со сметаной	250	2,10	5,12	16,59	120,75	7,54	0,10	0,06	0,00	0,05	39,94	71,95	25,90	0,97	159,89	0,01	0,05	1,29	96	
	Рагу из птицы	240	12,96	10,07	22,14	230,88	9,82	0,14	0,16	17,68	0,00	73,17	170,87	50,13	1,89	244,19	0,01	0,00	1,04	289	
	Компот из сухофруктов	200	0,44	0,02	27,77	113,00	0,40	0,00	0,01	0,00	0,00	48,05	15,40	6,00	1,25	38,44	0,00	0,00	0,00	0,00	349
	Хлеб пшеничный	30	1,98	0,35	10,02	52,00	0,00	0,06	0,03	0,00	0,00	6,94	17,42	6,60	0,40	8,78	0,00	0,00	0,00	0,06	ПР
	Итого:	800	19,92	19,42	91,20	620,17	23,46	0,34	0,29	17,68	0,05	215,80	341,62	115,27	5,98	529,72	0,03	0,05	2,45		
	Подник	30	2,30	5,40	18,90	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	0,00	376	
	Кондитерское изделие	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		
	Чай с сахаром	230	2,37	5,42	31,19	183,30	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:	1050	22,29	24,34	122,39	803,47	23,49	0,34	0,29	17,58	0,05	232,56	350,42	116,71	6,29	532,54	0,03	0,05	2,45		

* с 01 марта производится замена на салат из варенных овощей

* с 01 марта производится замена на салат из вареных овощей

* с 01 марта производится замена на салат из вареных овощей

Сборники рецептур блюд:

Сборники рецептур блюд. Сборник технических нормативов. Москва Депутатский 2015 год.

Сборники рецептур блюд:
... "Приказ по Министерству пищевой промышленности СССР № 100 от 15.03.1975 г. Сборник технических нормативов. Москва Дели-полис 2013 год.

Сборники рецептур блюд:
... "Приказ по Министерству пищевой промышленности СССР № 100 от 15.03.1975 г. Сборник технических нормативов. Москва Дели-полис 2013 год.

Сборники рецептур блюд:
... "Приказ по Министерству пищевой промышленности СССР № 100 от 15.03.1975 г. Сборник технических нормативов. Москва Дели-полис 2013 год.