

Согласовано:

Муниципальное автономное
образовательное учреждение
"Гимназия № 23 г. Челябинска им. В.Д. Луценко"

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "Детское
общественное питание - ДОП"


Н.С. Запускалова
"01" сентября 2024 г.


Е.В. Вахитова
" " " 2024 г.

**Меню для учащихся, получающих бюджетные средства на питание
в размере 78,78 руб. (завтрак)
(1 - 4 класс)**

**Примерное 2-х недельное меню бесплатного горячего питания (завтрак)
для обучающихся общеобразовательных учреждений
с 1 по 4 класс (7 - 11 лет) на сумму 78,78 рублей**

№ п/п	Наименование	Выход	Цена, руб.	Белки	Жиры	Углевод	Энергетич	№ рецептуры
		г		г	г	г	ккал	
1 НЕДЕЛЯ								
День 1								
Завтрак								
1	Сосиска отварная	45	24,68	4,70	7,50	0,40	87,90	С6.2015 г. № 243
2	Макаронные изделия отварные с сыром	180/10	32,90	13,54	15,92	34,11	334,40	С6.2015г. №204
3	Чай с сахаром	200	2,69	0,53	0,00	9,47	40,00	С6.2015г. №376
4	Батон нарезной	30	3,43	2,37	0,30	14,49	70,14	
5	Фрукт свежий	100	15,08	0,40	0,40	9,80	44,40	С6.2015г. №338
	Итого:	565	78,78	21,54	24,12	68,27	576,84	
День 2								
Завтрак								
1	Огурец свежий	30	4,44	0,24	0,03	0,75	4,23	С6.2015г. №71
2	Тефтели мясные в соусе	60/50	39,65	13,17	15,61	12,85	248,00	С6.2015г. №278
3	Каша гречневая рассыпчатая	150	15,93	8,90	4,10	39,84	231,86	С6.2015г. №302
4	Компот из смеси сухофруктов	200	15,33	1,16	0,30	47,26	196,38	С6.2015г. №349
5	Хлеб из муки пшеничной	30	3,43	2,37	0,30	14,49	70,14	
	Итого:	520	78,78	25,84	20,34	115,19	750,61	
День 3								
Завтрак								
1	Салат из свеклы отварной	60	6,23	0,85	3,61	4,96	55,68	С6.2015 г. № 52
2	Жаркое из птицы "Петушок"	50/200	54,98	22,14	24,22	27,54	416,80	ТТК №212
3	Напиток из плодов шиповника	200	14,14	0,40	0,27	17,20	72,80	С6.2015г. №388
4	Батон нарезной	30	3,43	2,37	0,30	14,49	70,14	
	Итого:	540	78,78	25,76	28,40	64,19	615,42	
День 4								
Завтрак								
1	Гуляш из свинины	50/50	50,06	10,64	28,19	2,89	309,00	С6.2015 г. № 260
2	Макаронные изделия отварные	150	15,37	5,10	7,50	28,50	201,90	С6.2015г. №202
3	Напиток "Лимонад"(с лимоном)	200	7,63	0,10	0,00	25,20	96,00	ТТК 324
4	Хлеб из муки пшеничной	50	5,72	3,95	0,50	24,15	116,90	
	Итого:	500	78,78	19,79	36,19	80,74	723,80	
День 5								
Завтрак								
1	Котлета по-Курявски	70/30	50,69	11,75	23,00	9,13	290,90	ТТК 156
2	Картофельное пюре	150	17,25	3,08	2,32	19,12	109,72	С6.2015г. №312
3	Чай с лимоном	200/7	5,12	0,53	0,00	9,87	41,60	С6.2015г. №377
4	Хлеб из муки пшеничной	50	5,72	3,95	0,50	24,15	116,90	
	Итого:	507	78,78	19,31	25,82	62,27	559,12	

2 НЕДЕЛЯ

День 1								
Завтрак								
1	Масло сливочное (порциями)	10	16,62	0,10	7,20	0,13	65,72	Сб.2015 г. № 14
2	Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным	230/5	30,31	8,21	5,34	46,45	278,51	Сб.2015 г. № 175
3	Чай с сахаром	200	2,69	0,53	0,00	9,47	40,00	Сб.2015г. №376
4	Батон нарезной	35	3,43	2,76	0,35	16,90	81,83	
5	Ягоды в сахаре (клубника)	20	25,73	0,13	0,04	11,41	46,52	Сб.2015 г. № 339
	Итого:	500	78,78	11,73	12,93	84,36	512,58	
День 2								
Завтрак								
1	Огурец свежий	30	4,44	0,24	0,03	0,75	4,23	Сб.2015г. №71
2	Гуляш из куринной грудки	50/50	37,36	14,25	16,66	5,27	232,00	Сб.2015 г. № 260
3	Каша гречневая рассыпчатая	150	15,93	8,90	4,10	39,84	231,86	Сб.2015г. №302
4	Компот из смеси сухофруктов	200	15,33	1,16	0,30	47,26	196,38	Сб.2015г. №349
5	Хлеб из муки пшеничной	50	5,72	3,95	0,50	24,15	116,90	
	Итого:	530	78,78	28,50	21,59	117,27	781,37	
День 3								
1	Плов мясной	200	56,44	16,83	37,56	34,52	544,00	Сб.2015г. №265
2	Чай с сахаром	200	2,69	0,53	0,00	9,47	40,00	Сб.2015г. №376
3	Хлеб из муки пшеничной	40	4,57	3,16	0,40	19,32	93,52	
4	Фрукт свежий	100	15,08	0,40	0,40	9,80	44,40	Сб.2015г. №338
	Итого:	540	78,78	20,92	38,36	73,11	721,92	
День 4								
Завтрак								
1	Котлета куриная	90	48,86	11,83	10,05	16,01	207,79	Сб.2015г. №295
2	Сложный гарнир (картофельное пюре, капуста тушенная)	75/75	17,94	3,71	7,16	26,16	183,98	Сб.2015г. №312,321
3	Компот из свежих плодов (яблоки)	200	5,12	0,16	0,16	23,88	97,60	Сб.2015 г. № 342
4	Батон нарезной	60	6,86	4,74	0,60	28,98	140,28	
	Итого:	500	78,78	20,44	17,97	95,03	629,65	
День 5								
1	Омлет натуральный	150	55,63	13,93	24,84	2,64	289,66	Сб.2015 г. № 210
2	Чай с сахаром	200	2,69	0,53	0,00	9,47	40,00	Сб.2015г. №376
3	Хлеб из муки пшеничной	65	7,00	5,13	0,65	31,40	151,97	
4	Булочка "Домашняя"	100	13,46	7,28	12,52	43,92	318,00	Сб.2015 г. № 424
	Итого:	515	78,78	26,87	38,01	87,43	799,63	
	Среднее значение за период	521,70	78,78	22,07	26,37	84,79	667,09	

При разработке данного меню были использованы рецептуры следующих сборников: Сборник 2015г. Тутельян В.А сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. Сборник 2005г. Министерство экономического развития Челябинской области . Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятия общественного питания, обслуживающих учащихся образовательных учреждений Челябинской области, предназначен для организаторов школьного питания. В сборнике представлены: методические рекомендации по организации питания учащихся образовательных учреждений, примерные рационы питания по возрастным группам и технико-технологические карты на кулинарные блюда и изделия. Сборник 2016г. Тутельян В.А. Сборник рецептур на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях.

При приготовлении блюд и изделий используется йодированная соль

В исключительных случаях, при отсутствии необходимых пищевых продуктов, допускается их замена другими продуктами, равноценными по химическому составу (пищевой ценности) в соответствии с таблицей замены пищевых продуктов (Приложение № 11 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20)