

Согласовано:

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




Н.С. Запускалова
" 01 "  2024 г.



Утверждаю:

Генеральный директор ООО "Детское
общественное питание - ДОП"



Е.В. Вахитова
" " _____ 2024 г.



**Меню для учащихся, получающих бюджетные средства на питание
в размере 78,78 руб. (завтрак)
(5 - 11 класс)**

**Примерное 2-х недельное меню бесплатного горячего питания (завтрак)
для обучающихся общеобразовательных учреждений
с 5 по 11 класс (с 12 лет и старше) на сумму 78,78 рублей**

№ п/п	Наименование	Выход	Белки	Жиры	Углевод	Энергетич	№ рецептуры
		г	г	г	г	ккал	
1 НЕДЕЛЯ							
День 1							
Завтрак							
1	Сосиска отварная	45	4,70	7,50	0,40	87,90	С6.2015 г. № 243
2	Макаронные изделия отварные с сыром	180/10	13,54	15,92	34,11	334,40	С6.2015г. №204
3	Чай с сахаром	200	0,53	0,00	9,47	40,00	С6.2015г. №376
4	Батон нарезной	30	2,37	0,30	14,49	70,14	
5	Фрукт свежий	100	0,40	0,40	9,80	44,40	С6.2015г. №338
	Итого:	565	21,54	24,12	68,27	576,84	
День 2							
Завтрак							
1	Огурец свежий	30	0,24	0,03	0,75	4,23	С6.2015г. №71
2	Тефтели мясные в соусе	60/50	13,17	15,61	12,85	248,00	С6.2015г. №278
3	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,68	4,92	47,81	278,23	С6.2015г. №302
4	Компот из смеси сухофруктов	200	1,16	0,30	47,26	196,38	С6.2015г. №349
5	Хлеб из муки пшеничной	30	2,37	0,30	14,49	70,14	
	Итого:	550	27,62	21,16	123,16	796,98	
День 3							
Завтрак							
1	Свекла отварная	100	1,50	0,06	13,80	64,28	С6.2015 г. № 316
2	Жаркое из птицы "Петушок"	50/200	22,14	24,22	27,54	416,80	ТТК №212
3	Напиток из плодов шиповника	200	0,40	0,27	17,20	72,80	С6.2015г. №388
4	Батон нарезной	30	2,37	0,30	14,49	70,14	
	Итого:	590	26,41	24,85	73,03	624,02	
День 4							
Завтрак							
1	Гуляш из свинины	50/50	10,64	28,19	2,89	309,00	С6.2015 г. № 260
2	Макаронные изделия отварные	200	6,80	10,00	38,00	269,20	С6.2015г. №202
3	Напиток "Лимонад"(с лимоном)	200	0,10	0,00	25,20	96,00	ТТК 324
4	Хлеб из муки пшеничной	50	3,95	0,50	24,15	116,90	
	Итого:	550	21,49	38,69	90,24	791,10	
День 5							
Завтрак							
1	Котлета по-Курявски	70/30	11,75	23,00	9,13	290,90	ТТК 156
2	Картофельное пюре	200	4,11	3,09	25,49	146,29	С6.2015г. №312
3	Чай с лимоном	200/7	0,53	0,00	9,87	41,60	С6.2015г. №377
4	Хлеб из муки пшеничной	50	3,95	0,50	24,15	116,90	
	Итого:	557	20,34	26,59	68,64	595,69	

2 НЕДЕЛЯ

День 1							
Завтрак							
1	Масло сливочное (порциями)	20	0,20	14,40	0,26	131,44	Сб.2015 г. № 14
2	Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным	250/5	8,91	5,79	50,40	302,20	Сб.2015 г. № 175
3	Чай с сахаром	200	0,53	0,00	9,47	40,00	Сб.2015г. №376
4	Батон нарезной	60	4,74	0,60	28,98	140,28	
5	Ягоды в сахаре (клубника)	20	0,13	0,04	11,41	46,52	Сб.2015 г. № 339
Итого:		555	14,51	20,83	100,52	660,44	
День 2							
Завтрак							
1	Огурец свежий	30	0,24	0,03	0,75	4,23	Сб.2015г. №71
2	Гуляш из куринной грудки	50/50	14,25	16,66	5,27	232,00	Сб.2015 г. № 260
3	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,68	4,92	47,81	278,23	Сб.2015г. №302
4	Компот из смеси сухофруктов	200	1,16	0,30	47,26	196,38	Сб.2015г. №349
5	Хлеб из муки пшеничной	50	3,95	0,50	24,15	116,90	
Итого:		560	30,28	22,41	125,24	827,74	
День 3							
1	Плов мясной	200	16,83	37,56	34,52	544,00	Сб.2015г. №265
2	Чай с сахаром	200	0,53	0,00	9,47	40,00	Сб.2015г. №376
3	Хлеб из муки пшеничной	50	3,95	0,50	24,15	116,90	
4	Фрукт свежий	100	0,40	0,40	9,80	44,40	Сб.2015г. №338
Итого:		550	21,71	38,46	77,94	745,30	
День 4							
Завтрак							
1	Котлета куриная с маслом сливочным	100/10	13,14	11,17	17,79	230,88	Сб.2015г. №295
2	Сложный гарнир (картофельное пюре, капуста тушеная)	90/90	4,45	8,59	31,39	220,78	Сб.2015г. №312,321
3	Компот из свежих плодов (яблоки)	200	0,16	0,16	23,88	97,60	Сб.2015 г. № 342
4	Батон нарезной	60	4,74	0,60	28,98	140,28	
Итого:		550	22,49	20,52	102,04	689,54	
День 5							
1	Омлет натуральный	60	11,61	20,70	2,20	241,38	Сб.2015 г. № 210
2	Макаронные изделия отварные	150	5,10	7,50	28,50	201,90	Сб.2015г. №202
3	Чай с сахаром	200	0,53	0,00	9,47	40,00	Сб.2015г. №376
4	Хлеб из муки пшеничной	65	5,13	0,65	31,40	151,97	
5	Булочка "Домашняя"	100	7,28	12,52	43,92	318,00	Сб.2015 г. № 424
Итого:		575	29,65	41,37	115,49	953,25	
Среднее значение за период		560,20	23,60	27,90	94,46	726,09	

При разработке данного меню были использованы рецептуры следующих сборников: Сборник 2015г. Тутьяня 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. Тутьяня 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)