

**СОГЛАСОВАНО**

Директор МБОУ "Петровская школа №2"



И.Н.Кузьменко

**УТВЕРЖДЕНО**

И.И.Павлюк Р.Н.



Н.Н. Павлюк

**ОСНОВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД**  
**в муниципальном бюджетном общеобразовательном учреждении**  
**"Петровская школа №2"**  
**Красногвардейского района Республики Крым**  
**на 2024 год**

**Приём пищи:**

**обед**

**Возрастная категория:**

**7-11 лет**

ОСНОВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 7 - 11 лет

| Прием<br>пищи   | Наименование блюда           | Вес<br>блюда | Пищевые вещества |        |                  | Энергетическая<br>ценность | №<br>рецептуры | сборник<br>рецептур |
|-----------------|------------------------------|--------------|------------------|--------|------------------|----------------------------|----------------|---------------------|
|                 |                              |              | белки,<br>г      | жиры,г | углево-<br>ды, г |                            |                |                     |
| Неделя 1 День 1 |                              |              |                  |        |                  |                            |                |                     |
| ОБЕД            | Овощи натуральные по сезону  | 60           | 0,48             | 0,06   | 1,02             | 6                          | 53             | 2022                |
|                 | Борщ с капустой и картофелем | 200          | 1,44             | 3,94   | 8,7              | 82                         | 62             | 2022                |
|                 | Котлеты рубленые из птицы    | 90           | 14,9             | 21,3   | 13,3             | 304,5                      | 294            | 2011                |
|                 | Каша рассыпчатая ячневая     | 150          | 4,74             | 4,24   | 31               | 180,9                      | 171            | 2011                |
|                 | Компот из свежих плодов      | 200          | 0,16             | 0,16   | 27,9             | 114                        | 236            | 2022                |
|                 | Хлеб пшеничный               | 60           | 4,60             | 0,50   | 29,50            | 100,00                     | СРБ            | 2024                |
|                 | Хлеб ржаной                  | 45           | 3,6              | 0,68   | 18               | 92,7                       | СРБ            | 2024                |
|                 | Итого за прием пищи          | 805          | 29,9             | 30,9   | 129,4            | 880,1                      |                |                     |
|                 | Итого за день                |              | 29,9             | 30,9   | 129,4            | 880,1                      |                |                     |

| Прием<br>пищи   | Наименование блюда                | Вес<br>блюда | Пищевые вещества |        |                  | Энергетическая<br>ценность | №<br>рецептуры | сборник<br>рецептур |
|-----------------|-----------------------------------|--------------|------------------|--------|------------------|----------------------------|----------------|---------------------|
|                 |                                   |              | белки,<br>г      | жиры,г | углево-<br>ды, г |                            |                |                     |
| Неделя 1 День 2 |                                   |              |                  |        |                  |                            |                |                     |
| ОБЕД            | Салат из свеклы отварной          | 60           | 0,84             | 3,6    | 5                | 55,2                       | 38             | 2022                |
|                 | Суп картофельный с крупой рисовой | 200          | 1,58             | 2,17   | 9,69             | 68,6                       | 101            | 2011                |
|                 | Птица, тушенная в соусе           | 100          | 11,94            | 10,12  | 3,51             | 153,00                     | 198/223        | 2022                |
|                 | Макаронные изделия отварные       | 150          | 5,6              | 5,6    | 36               | 216                        | 137            | 2022                |
|                 | Компот из сухофруктов             | 200          | 0,66             | 0,1    | 32               | 132                        | 241            | 2022                |
|                 | Хлеб пшеничный                    | 60           | 4,60             | 0,50   | 29,50            | 100,00                     | СРБ            | 2024                |
|                 | Хлеб ржаной                       | 45           | 3,6              | 0,68   | 18               | 92,7                       | СРБ            | 2024                |
|                 | Итого за прием пищи               | 815          | 28,8             | 22,8   | 133,7            | 817,5                      |                |                     |
|                 | Итого за день                     |              | 28,8             | 22,8   | 133,7            | 817,5                      |                |                     |

| Прием<br>пищи   | Наименование блюда         | Вес<br>блюда | Пищевые вещества |        |                  | Энергетическая<br>ценность | №<br>рецептуры | сборник<br>рецептур |
|-----------------|----------------------------|--------------|------------------|--------|------------------|----------------------------|----------------|---------------------|
|                 |                            |              | белки,<br>г      | жиры,г | углево-<br>ды, г |                            |                |                     |
| Неделя 1 День 3 |                            |              |                  |        |                  |                            |                |                     |
| ОБЕД            | Икра кабачковая            | 60           | 0,96             | 3,78   | 4,44             | 54,5                       | СРБ            | 2024                |
|                 | Рассольник ленинградский   | 200          | 1,62             | 4,08   | 9,6              | 84                         | 72             | 2022                |
|                 | Печень по-строгановски     | 100          | 14,06            | 8,34   | 7,57             | 162                        | 172/224        | 2022                |
|                 | Каша рассыпчатая гречневая | 150          | 8,7              | 6      | 39,6             | 246                        | 114            | 2022                |
|                 | Компот из свежих плодов    | 200          | 0,16             | 0,16   | 27,9             | 114                        | 236            | 2022                |
|                 | Хлеб пшеничный             | 60           | 4,60             | 0,50   | 29,50            | 100,00                     | СРБ            | 2024                |
|                 | Хлеб ржаной                | 40           | 3,20             | 0,60   | 16,00            | 82,4                       | СРБ            | 2024                |
|                 | Итого за прием пищи        | 810          | 33,3             | 23,5   | 134,6            | 842,9                      |                |                     |
|                 | Итого за день              |              | 33,3             | 23,5   | 134,6            | 842,9                      |                |                     |

| Прием<br>пищи   | Наименование блюда            | Вес<br>блюда | Пищевые вещества |        |                  | Энергетическая<br>ценность | №<br>рецептуры | сборник<br>рецептур |
|-----------------|-------------------------------|--------------|------------------|--------|------------------|----------------------------|----------------|---------------------|
|                 |                               |              | белки,<br>г      | жиры,г | углево-<br>ды, г |                            |                |                     |
| Неделя 1 День 4 |                               |              |                  |        |                  |                            |                |                     |
| ОБЕД            | Салат из белокочанной капусты | 60           | 0,79             | 1,95   | 3,88             | 36,24                      | 45             | 2011                |
|                 | Суп картофельный с горохом    | 200          | 4,4              | 4,22   | 13,22            | 118                        | 78             | 2022                |
|                 | Тефтели рыбные                | 110          | 11,1             | 10,5   | 14,1             | 195,2                      | 164/223        | 2022                |
|                 | Макаронные изделия отварные   | 150          | 5,6              | 5,6    | 36               | 216                        | 137            | 2022                |
|                 | Компот из сухофруктов         | 200          | 0,66             | 0,1    | 32               | 132                        | 241            | 2022                |
|                 | Хлеб пшеничный                | 60           | 4,60             | 0,50   | 29,50            | 100,00                     | СРБ            | 2024                |
|                 | Хлеб ржаной                   | 40           | 3,20             | 0,60   | 16,00            | 82,4                       | СРБ            | 2024                |
|                 | Итого за прием пищи           | 820          | 30,4             | 23,5   | 144,7            | 879,8                      |                |                     |
|                 | Итого за день                 |              | 30,4             | 23,5   | 144,7            | 879,8                      |                |                     |

| Прием<br>пищи   | Наименование блюда           | Вес<br>блюда | Пищевые вещества |        |                  | Энергетическая<br>ценность | №<br>рецептуры | сборник<br>рецептур |
|-----------------|------------------------------|--------------|------------------|--------|------------------|----------------------------|----------------|---------------------|
|                 |                              |              | белки,<br>г      | жиры,г | углево-<br>ды, г |                            |                |                     |
| Неделя 1 День 5 |                              |              |                  |        |                  |                            |                |                     |
| ОБЕД            | Овощи натуральные по сезону  | 60           | 0,48             | 0,06   | 1,02             | 6                          | 53             | 2022                |
|                 | Борщ с капустой и картофелем | 200          | 1,44             | 3,94   | 8,7              | 82                         | 62             | 2022                |
|                 | Птица, тушенная в соусе      | 100          | 11,94            | 10,12  | 3,51             | 153,00                     | 198/223        | 2022                |
|                 | Каша рассыпчатая гречневая   | 150          | 8,7              | 6      | 39,6             | 246                        | 114            | 2022                |
|                 | Компот из свежих плодов      | 200          | 0,16             | 0,16   | 27,9             | 114                        | 236            | 2022                |
|                 | Хлеб пшеничный               | 60           | 4,60             | 0,50   | 29,50            | 100,00                     | СРБ            | 2024                |
|                 | Хлеб ржаной                  | 40           | 3,20             | 0,60   | 16,00            | 82,4                       | СРБ            | 2024                |
|                 | Итого за прием пищи          | 810          | 30,5             | 21,4   | 126,2            | 783,4                      |                |                     |
|                 | Итого за день                |              | 30,5             | 21,4   | 126,2            | 783,4                      |                |                     |

| Прием<br>пищи   | Наименование блюда            | Вес<br>блюда | Пищевые вещества |        |                  | Энергетическая<br>ценность | №<br>рецептуры | сборник<br>рецептур |
|-----------------|-------------------------------|--------------|------------------|--------|------------------|----------------------------|----------------|---------------------|
|                 |                               |              | белки,<br>г      | жиры,г | углево-<br>ды, г |                            |                |                     |
| Неделя 2 День 6 |                               |              |                  |        |                  |                            |                |                     |
| ОБЕД            | Салат из белокочанной капусты | 60           | 0,79             | 1,95   | 3,88             | 36,24                      | 45             | 2011                |
|                 | Борщ с капустой и картофелем  | 200          | 1,44             | 3,94   | 8,7              | 82                         | 62             | 2022                |
|                 | Котлеты рубленые из птицы     | 90           | 14,9             | 21,3   | 13,3             | 304,5                      | 294            | 2011                |
|                 | Каша рассыпчатая пшеничная    | 150          | 6,4              | 4,4    | 39,9             | 225                        | 114            | 2022                |
|                 | Компот из свежих плодов       | 200          | 0,16             | 0,16   | 27,9             | 114                        | 236            | 2022                |
|                 | Хлеб пшеничный                | 60           | 4,60             | 0,50   | 29,50            | 100,00                     | СРБ            | 2024                |
|                 | Хлеб ржаной                   | 45           | 3,6              | 0,68   | 18               | 92,7                       | СРБ            | 2024                |
|                 | Итого за прием пищи           | 805          | 31,9             | 32,9   | 141,2            | 954,4                      |                |                     |
|                 | Итого за день                 |              | 31,9             | 32,9   | 141,2            | 954,4                      |                |                     |

| Прием<br>пищи   | Наименование блюда         | Вес<br>блюда | Пищевые вещества |        |                  | Энергетическая<br>ценность | №<br>рецептуры | сборник<br>рецептур |
|-----------------|----------------------------|--------------|------------------|--------|------------------|----------------------------|----------------|---------------------|
|                 |                            |              | белки,<br>г      | жиры,г | углево-<br>ды, г |                            |                |                     |
| Неделя 2 День 7 |                            |              |                  |        |                  |                            |                |                     |
| ОБЕД            | Салат из свеклы отварной   | 60           | 0,84             | 3,6    | 5                | 55,2                       | 38             | 2022                |
|                 | Суп картофельный с горохом | 200          | 4,4              | 4,22   | 13,22            | 118                        | 78             | 2022                |
|                 | Птица, тушеная в соусе     | 100          | 11,94            | 10,12  | 3,51             | 153,00                     | 198/223        | 2022                |
|                 | Каша рассыпчатая гречневая | 150          | 8,7              | 6      | 39,6             | 246                        | 114            | 2022                |
|                 | Компот из сухофруктов      | 200          | 0,66             | 0,1    | 32               | 132                        | 241            | 2022                |
|                 | Хлеб пшеничный             | 60           | 4,60             | 0,50   | 29,50            | 100,00                     | СРБ            | 2024                |
|                 | Хлеб ржаной                | 45           | 3,6              | 0,68   | 18               | 92,7                       | СРБ            | 2024                |
|                 | Итого за прием пищи        | 815          | 34,7             | 25,2   | 140,8            | 896,9                      |                |                     |
|                 | Итого за день              |              | 34,7             | 25,2   | 140,8            | 896,9                      |                |                     |

| Прием<br>пищи   | Наименование блюда                | Вес<br>блюда | Пищевые вещества |        |                  | Энергетическая<br>ценность | №<br>рецептуры | сборник<br>рецептур |
|-----------------|-----------------------------------|--------------|------------------|--------|------------------|----------------------------|----------------|---------------------|
|                 |                                   |              | белки,<br>г      | жиры,г | углево-<br>ды, г |                            |                |                     |
| Неделя 2 День 8 |                                   |              |                  |        |                  |                            |                |                     |
| ОБЕД            | Рассольник ленинградский          | 200          | 1,62             | 4,08   | 9,6              | 84                         | 72             | 2022                |
|                 | Рыба, тушенная в томате с овощами | 100          | 10,3             | 3,6    | 3,9              | 89                         | 158            | 2022                |
|                 | Макаронные изделия отварные       | 150          | 5,6              | 5,6    | 36               | 216                        | 137            | 2022                |
|                 | Компот из свежих плодов           | 200          | 0,16             | 0,16   | 27,9             | 114                        | 236            | 2022                |
|                 | Хлеб пшеничный                    | 60           | 4,60             | 0,50   | 29,50            | 100,00                     | СРБ            | 2024                |
|                 | Хлеб ржаной                       | 45           | 3,6              | 0,68   | 18               | 92,7                       | СРБ            | 2024                |
|                 | Итого за прием пищи               | 755          | 25,9             | 14,6   | 124,9            | 695,7                      |                |                     |
|                 | Итого за день                     |              | 25,9             | 14,6   | 124,9            | 695,7                      |                |                     |

| Прием<br>пищи   | Наименование блюда                       | Вес<br>блюда | Пищевые вещества |        |                  | Энергетическая<br>ценность | №<br>рецептуры | сборник<br>рецептур |
|-----------------|------------------------------------------|--------------|------------------|--------|------------------|----------------------------|----------------|---------------------|
|                 |                                          |              | белки,<br>г      | жиры,г | углево-<br>ды, г |                            |                |                     |
| Неделя 2 День 9 |                                          |              |                  |        |                  |                            |                |                     |
| ОБЕД            | Салат из белокочанной капусты            | 60           | 0,79             | 1,95   | 3,88             | 36,24                      | 45             | 2011                |
|                 | Суп картофельный с макаронными изделиями | 200          | 2,16             | 2,28   | 13,96            | 94                         | 79             | 2022                |
|                 | Котлеты рубленые из птицы                | 90           | 14,9             | 21,3   | 13,3             | 304,5                      | 294            | 2011                |
|                 | Пюре картофельное                        | 150          | 3,1              | 4,8    | 20,4             | 136,5                      | 210            | 2022                |
|                 | Компот из сухофруктов                    | 200          | 0,66             | 0,1    | 32               | 132                        | 241            | 2022                |
|                 | Хлеб пшеничный                           | 60           | 4,60             | 0,50   | 29,50            | 100,00                     | СРБ            | 2024                |
|                 | Хлеб ржаной                              | 45           | 3,6              | 0,68   | 18               | 92,7                       | СРБ            | 2024                |
|                 | Итого за прием пищи                      | 805          | 29,8             | 31,6   | 131,0            | 895,9                      |                |                     |
|                 | Итого за день                            |              | 29,8             | 31,6   | 131,0            | 895,9                      |                |                     |

| Прием<br>пищи    | Наименование блюда           | Вес<br>блюда | Пищевые вещества |        |                  | Энергетическая<br>ценность | №<br>рецептуры | сборник<br>рецептур |
|------------------|------------------------------|--------------|------------------|--------|------------------|----------------------------|----------------|---------------------|
|                  |                              |              | белки,<br>г      | жиры,г | углево-<br>ды, г |                            |                |                     |
| Неделя 2 День 10 |                              |              |                  |        |                  |                            |                |                     |
| ОБЕД             | Овощи натуральные по сезону  | 60           | 0,48             | 0,06   | 1,02             | 6                          | 53             | 2022                |
|                  | Борщ с капустой и картофелем | 200          | 1,44             | 3,94   | 8,7              | 82                         | 62             | 2022                |
|                  | Плов из птицы                | 200          | 18               | 8,9    | 36,5             | 298,7                      | 199            | 2022                |
|                  | Компот из свежих плодов      | 200          | 0,16             | 0,16   | 27,9             | 114                        | 236            | 2022                |
|                  | Хлеб пшеничный               | 60           | 4,60             | 0,50   | 29,50            | 100,00                     | СРБ            | 2024                |
|                  | Хлеб ржаной                  | 45           | 3,6              | 0,68   | 18               | 92,7                       | СРБ            | 2024                |
|                  | Итого за прием пищи          | 765          | 28,3             | 14,2   | 121,6            | 693,4                      |                |                     |
|                  | Итого за день                |              | 28,3             | 14,2   | 121,6            | 693,4                      |                |                     |

## ИТОГО ПО ОСНОВНОМУ МЕНЮ

| ИТОГО                                                                    | Пищевые вещества |        |                  | Энергетическая<br>ценность, ккал |
|--------------------------------------------------------------------------|------------------|--------|------------------|----------------------------------|
|                                                                          | белки, г         | жиры,г | углево-<br>ды, г |                                  |
| Итого за весь период                                                     | 303,5            | 240,6  | 1328,2           | 8340,1                           |
| Среднее значение за период                                               | 30,4             | 24,1   | 132,8            | 834,0                            |
| Норма по СанПиН                                                          | 27,0             | 27,7   | 117,3            | 822,5                            |
| Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности | 16,2             | 12,8   | 70,9             |                                  |

## СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ В ГРАММАХ

| Возраст детей | обед  |
|---------------|-------|
| 7 - 11 лет    | 800,5 |

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 201223266649143978862082267291933668049671996236

Владелец Кузьменко Инна Николаевна

Действителен с 04.09.2024 по 04.09.2025