СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ "Петровская школа № 2"

_____ Н.Н. Кузьменко

УТВЕРЖДЕНО
ИП Павлюк Н.Н.

_____ Н.Н. Павлюк

ОСНОВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД

в муниципальном бюджетном общеобразовательном учреждении
"Петровская школа № 2"
Красногвардейского района Республики Крым
с 05.10.2026

(при работе в режиме чрезвычайной ситуации)

Приём пищи: **завтрак и обед**

Возрастная категория: **12 лет и старше**

ОСНОВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	сборник рецептур
			белки, г	жиры,г	углево-ды, г			
Неделя 1 День 1								
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная рисовая	250	6,33	10,6	40,2	280	126	2022
	Сыр порциями	20	4,64	5,91	0,00	72,00	11	2022
	Масло (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66	10	2022
	Чай с сахаром	210	0,07	0,02	10	40	261	2022
	Хлеб пшеничный	60	4,8	0,6	30,66	150,6	СРБ	2026
	Хлеб ржаной	40	3,2	0,6	16	82,4	СРБ	2026
	Итого за прием пищи	**590**	**19,1**	**25,0**	**97,0**	**691,0**		

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	сборник рецептур
			белки, г	жиры,г	углеводы, г			
ОБЕД	Борщ с капустой и картофелем	250	1,8	4,92	10,9	102,5	62	2022
	Биточки рубленные куриные	100	18,27	3,53	13,94	147,6	602	2022
	Каша рассыпчатая гречневая	180	10,5	7,2	47,5	295,2	114	2026
	Овощи свежие натуральные (помидор)	30	0,33	0,06	1,14	6,6	204	2022
	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	27,9	114	236	2022
	Хлеб пшеничный	60	4,8	0,6	30,66	150,6	СРБ	2026
	Хлеб ржаной	50	4,00	0,76	20,00	103,00	СРБ	2026
	Итого за прием пищи	**870**	**39,9**	**17,2**	**152,0**	**919,5**		

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	сборник рецептур
			белки, г	жиры,г	углеводы, г			
Неделя 1 День 2								
ЗАВТРАК	Макаронные изделия отварные	180	6,8	6,7	43,2	259,2	137	2022
	Горошек консервированный	30	0,9	0	2,19	17,4	177	2022
	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	143	2022
	Бутерброд с повидлом	50	2,39	0,9	28,03	127	2	2022
	Какао с молоком	200	4,1	3,5	17,6	118	266	2022
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	10,22	50,2	СРБ	2026
	Хлеб ржаной	30	2,40	0,45	12,00	61,8	СРБ	2026
	Итого за прием пищи	**550**	**23,3**	**16,4**	**113,5**	**696,6**		

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	сборник рецептур
			белки, г	жиры,г	углеводы, г			
ОБЕД	Суп картофельный с горохом	250	5,49	5,27	16,53	147,5	78	2022
	Рагу из птицы	200	20,9	7	17,6	217,4	54-22м	2022
	Салат из капусты с растительным маслом	100	2,43	5,19	6,98	81,65	60	2022
	Кондитерские изделия	40	2,72	7,4	26,2	184,4	СРБ	2026
	Чай с сахаром	210	0,07	0,02	10	40	261	2022
	Хлеб пшеничный	60	4,8	0,6	30,66	150,6	СРБ	2026
	Хлеб ржаной	50	4,00	0,76	20,00	103,00	СРБ	2026
	Итого за прием пищи	**910**	**40,4**	**26,2**	**128,0**	**924,6**		

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	сборник рецептур
			белки, г	жиры,г	углево-ды, г			
Неделя 1 День 3								
ЗАВТРАК	Пудинг из творога с йогуртом	180	25,69	17,55	36,18	404,4	222	2011
	Фрукты свежие	120	0,48	0,48	11,76	56,4	231	2022
	Чай с сахаром	210	0,07	0,02	10	40	261	2022
	Хлеб пшеничный	50	4	0,5	25,55	125,5	СРБ	2026
	Хлеб ржаной	30	2,40	0,45	12,00	61,8	СРБ	2026
	Итого за прием пищи	**590**	**32,64**	**19**	**95,49**	**688,1**		

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	сборник рецептур
			белки, г	жиры,г	углеводы, г			
ОБЕД	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,78	4,95	7,9	87,5	66	2022
	Рыба, запеченная под маринадом	100	8,84	3,85	20,68	153,79	446	2022
	Каша рассыпчатая пшеничная	180	7,7	5,3	47,9	270	114	2022
	Компот из сухофруктов	200	0,66	0,1	32	132	241	2022
	Хлеб пшеничный	60	4,8	0,6	30,66	150,6	СРБ	2026
	Хлеб ржаной	50	4,00	0,76	20,00	103,00	СРБ	2026
	Итого за прием пищи	**840**	**27,8**	**15,6**	**159,1**	**896,9**		

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	сборник рецептур
			белки, г	жиры,г	углево-ды, г			
Неделя 1 День 4								
ЗАВТРАК	Каша рассыпчатая пшенная	180	8,05	6,75	46,48	279	114	2022
	Птица, тушенная в соусе	100	16,82	6,31	3,95	140,36	594	2022
	Овощи свежие натуральные (огурец)	30	0,35	0,05	0,95	6	200	2022
	Кондитерские изделия	40	2,72	7,4	26,2	184,4	СРБ	2026
	Чай с сахаром	210	0,07	0,02	10	40	261	2022
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	10,22	50,2	СРБ	2026
	Хлеб ржаной	20	1,6	0,3	8	41,2	СРБ	2026
	Итого за прием пищи	**600**	**31,2**	**21,0**	**105,8**	**741,2**		

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	сборник рецептур
			белки, г	жиры,г	углеводы, г			
ОБЕД	Уха ростовская	250	5,2	4,59	15,62	126,16	276	2022
	Макароны отварные с сыром	205	11,47	10,33	38,37	292,56	204	2011
	Омлет паровой	60	5,9	14,8	1,58	163	147	2022
	Овощи свежие натуральные (помидор)	30	0,33	0,06	1,14	6,6	204	2022
	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	27,9	114	236	2022
	Хлеб пшеничный	60	4,8	0,6	30,66	150,6	СРБ	2026
	Хлеб ржаной	50	4,00	0,76	20,00	103,00	СРБ	2026
	Итого обед:	**855**	**31,86**	**31,3**	**135,27**	**955,92**		

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	сборник рецептур
			белки, г	жиры,г	углево-ды, г			
Неделя 1 День 5								
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная манная	250	7,5	10,6	39	280	125	2022
	Кондитерские изделия	40	2,72	7,4	26,2	184,4	СРБ	2026
	Фрукты свежие	120	0,48	0,48	11,76	56,4	231	2022
	Сок фруктовый	200	1	0	20,2	84	271	2022
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	10,22	50,2	СРБ	2026
	Хлеб ржаной	20	1,6	0,3	8	41,2	СРБ	2026
	Итого за прием пищи	**650**	**14,9**	**19,0**	**115,4**	**696,2**		

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	сборник рецептур
			белки, г	жиры,г	углеводы, г			
ОБЕД	Борщ с капустой и картофелем	250	1,8	4,92	10,9	102,5	62	2022
	Котлета (из говядины)	100	15,40	22,10	15,20	321,80	182	2022
	Каша рассыпчатая гречневая	180	10,5	7,2	47,5	295,2	114	2026
	Овощи свежие натуральные (огурец)	30	0,35	0,05	0,95	6	200	2022
	Чай с сахаром	210	0,07	0,02	10	40	261	2022
	Хлеб пшеничный	60	4,8	0,6	30,66	150,6	СРБ	2026
	Хлеб ржаной	50	4,00	0,76	20,00	103,00	СРБ	2026
	Итого за прием пищи	**880**	**36,92**	**35,65**	**135,21**	**1019,1**		

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	сборник рецептур
			белки, г	жиры,г	углеводы, г			
Неделя 1 День 6								
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная рисовая	250	6,33	10,6	40,2	280	126	2022
	Сыр порциями	20	4,64	5,91	0,00	72,00	11	2022
	Масло (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66	10	2022
	Чай с сахаром	210	0,07	0,02	10	40	261	2022
	Хлеб пшеничный	60	4,8	0,6	30,66	150,6	СРБ	2026
	Хлеб ржаной	40	3,2	0,6	16	82,4	СРБ	2026
	Итого за прием пищи	**590**	**19,1**	**25,0**	**97,0**	**691,0**		

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	сборник рецептур
			белки, г	жиры,г	углеводы, г			
ОБЕД	Борщ с капустой и картофелем	250	1,8	4,92	10,9	102,5	62	2022
	Котлета рубленная из птицы	100	18,27	3,53	13,9	147,6	615	2022
	Каша рассыпчатая пшеничная	180	7,7	5,3	47,9	270	114	2022
	Овощи свежие натуральные (помидор)	30	0,33	0,06	1,14	6,6	204	2022
	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	27,9	114	236	2022
	Хлеб пшеничный	60	4,8	0,6	30,66	150,6	СРБ	2026
	Хлеб ржаной	50	4,00	0,76	20,00	103,00	СРБ	2026
	Итого за прием пищи	**870**	**37,1**	**15,3**	**152,4**	**894,3**		

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	сборник рецептур
			белки, г	жиры,г	углеводы, г			
Неделя 1 День 7								
ЗАВТРАК	Каша рассыпчатая гречневая	180	10,5	7,2	47,5	295,2	114	2022
	Гуляш	100	14,89	11,76	2,86	177,8	503	2022
	Фрукты свежие	120	0,48	0,48	11,76	56,4	231	2022
	Чай с сахаром	210	0,07	0,02	10	40	261	2022
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,3	15,33	75,3	СРБ	2026
	Хлеб ржаной	20	1,6	0,3	8	41,2	СРБ	2026
	Итого за прием пищи	**660**	**29,9**	**20,1**	**95,5**	**685,9**		

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	сборник рецептур
			белки, г	жиры,г	углеводы, г			
ОБЕД	Суп картофельный с горохом	250	5,49	5,27	16,53	147,5	78	2022
	Котлета рыбная	110	12,78	15,46	14,72	248	161	2022
	Макаронные изделия отварные	180	6,8	6,7	43,2	259,2	137	2022
	Овощи свежие натуральные (огурец)	30	0,35	0,05	0,95	6	200	2022
	Сок фруктовый	200	1	0	20,2	84	271	2022
	Хлеб пшеничный	60	4,8	0,6	30,66	150,6	СРБ	2026
	Хлеб ржаной	50	4,00	0,76	20,00	103,00	СРБ	2026
	Итого за прием пищи	**880**	**35,2**	**28,8**	**146,3**	**998,3**		

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	сборник рецептур
			белки, г	жиры,г	углеводы, г			
Неделя 1 День 8								
ЗАВТРАК	Картофель отварной	180	3,44	5,18	27,6	169,2	208	2022
	Кукуруза консервированная	30	0,36	0,69	4,31	20,1	188	2026
	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	143	2022
	Кондитерские изделия	40	2,72	7,4	26,2	184,4	СРБ	2026
	Чай с сахаром	210	0,07	0,02	10	40	261	2022
	Хлеб пшеничный	60	4,8	0,6	30,66	150,6	СРБ	2026
	Хлеб ржаной	50	4,00	0,76	20,00	103,00	СРБ	2026
	Итого за прием пищи	**610**	**20,5**	**19,3**	**119,1**	**730,3**		

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	сборник рецептур
			белки, г	жиры,г	углеводы, г			
ОБЕД	Рассольник ленинградский	250	2,03	5,1	12	105	72	2022
	Плов куриный	200	20,07	11,1	36,33	373,75	592	2022
	Салат из капусты с растительным маслом	100	2,43	5,19	6,98	81,65	60	2022
	Компот из сухофруктов	200	0,66	0,1	32	132	241	2022
	Хлеб пшеничный	60	4,8	0,6	30,66	150,6	СРБ	2026
	Хлеб ржаной	50	4,00	0,76	20,00	103,00	СРБ	2026
	Итого за прием пищи	**860**	**34,0**	**22,9**	**138,0**	**946,0**		

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	сборник рецептур
			белки, г	жиры,г	углеводы, г			
Неделя 1 День 9								
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная пшенная	250	9,25	11,80	45,00	322,5	128	2022
	Кондитерские изделия	40	2,72	7,4	26,2	184,4	СРБ	2026
	Кофейный напиток с молоком	200	3,2	2,7	15,9	100	264	2022
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20,44	100,4	СРБ	2026
	Хлеб ржаной	20	1,6	0,3	8	41,2	СРБ	2026
	Итого за прием пищи	**550**	**20,0**	**22,6**	**115,5**	**748,5**		

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	сборник рецептур
			белки, г	жиры,г	углеводы, г			
ОБЕД	Борщ с капустой и картофелем	250	1,8	4,92	10,9	102,5	62	2022
	Биточки рубленные куриные	100	18,27	3,53	13,94	147,6	602	2022
	Каша рассыпчатая гречневая	180	10,5	7,2	47,5	295,2	114	2026
	Овощи свежие натуральные (огурец)	30	0,35	0,05	0,95	6	200	2022
	Чай с сахаром	210	0,07	0,02	10	40	261	2022
	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	100	СРБ	2026
	Хлеб ржаной	50	4,00	0,76	20,00	103,00	СРБ	2026
	Итого за прием пищи	**880**	**39,6**	**17,0**	**132,8**	**794,3**		

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	сборник рецептур
			белки, г	жиры,г	углеводы, г			
Неделя 1 День 10								
ЗАВТРАК	Макаронные изделия отварные	180	6,8	6,7	43,2	259,2	137	2022
	Рыба, запеченная под маринадом	100	8,84	3,85	20,68	153,79	446	2022
	Фрукты свежие	120	0,48	0,48	11,76	56,4	231	2022
	Чай с сахаром	210	0,07	0,02	10	40	261	2022
	Хлеб пшеничный	50	4	0,5	25,55	125,5	СРБ	2026
	Хлеб ржаной	30	2,40	0,45	12,00	61,8	СРБ	2026
	Итого за прием пищи	**690**	**22,6**	**12,0**	**123,2**	**696,7**		

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	сборник рецептур
			белки, г	жиры,г	углеводы, г			
ОБЕД	Суп куриный	250	4,37	2,44	9,52	77,92	278	2022
	Каша рассыпчатая рисовая	180	4,4	5,1	46,1	246,6	114	2022
	Омлет паровой	60	5,9	14,8	1,58	163	147	2022
	Овощи свежие натуральные (помидор)	30	0,33	0,06	1,14	6,6	204	2022
	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	27,9	114	236	2022
	Хлеб пшеничный	60	4,8	0,6	30,66	150,6	СРБ	2026
	Хлеб ржаной	50	4,00	0,76	20,00	103,00	СРБ	2026
	Итого за прием пищи	**830**	**24,0**	**23,9**	**136,9**	**861,7**		

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 483482145804926787460742969939487588108943585782

Владелец Кузьменко Инна Николаевна

Действителен С 26.02.2026 по 26.02.2027