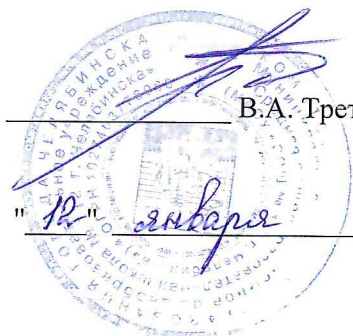


Согласовано:

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение "Средняя общеобразовательная школа № 112 г. Челябинска"
(МАОУ "СОШ № 112 г. Челябинска")

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "Детское общественное питание - ДОП"



В.А. Третьяков

"12" января 2026 г.



Е.В. Вахитова

"12" января 2026 г.

**Меню для учащихся, получающих бюджетные средства на питание
в размере 30,00 руб. (завтрак)
(5 - 11 класс)**

Меню для учащихся, получающих бюджетные средства на питание в размере 30,00 руб. (завтрак) 5-11 кл

Категории:

- Обучающиеся кадетских классов, спортивных классов.

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г.	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
ДЕНЬ 1. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			14,91	13,38	84,82	537,41
	ЗАВТРАК		14,91	13,38	84,82	537,41
173/15	Каша молочная 5 злаков (жидкая)	220/5	8,30	12,74	35,99	300,73
376/15	Чай с сахаром	200/15	0,53	0,00	9,47	40,00
	Хлеб пшеничный	60	6,08	0,64	39,36	196,68
Итого:		500				
ДЕНЬ 2. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			13,09	13,84	97,31	554,44
	ЗАВТРАК		13,09	13,84	97,31	554,44
38/05	Рис с овощами с соусом	200/30	6,48	13,20	48,48	317,76
376/15	Чай с сахаром	200/15	0,53	0,00	9,47	40,00
	Хлеб пшеничный	60	6,08	0,64	39,36	196,68
Итого:		505				
ДЕНЬ 3. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			19,69	8,38	107,96	609,65
	ЗАВТРАК		19,69	8,38	107,96	609,65
302/15	Каша гречневая рассыпчатая с соусом	200/30	13,08	7,74	59,13	372,97
376/15	Чай с сахаром	200/15	0,53	0,00	9,47	40,00
	Хлеб пшеничный	60	6,08	0,64	39,36	196,68
Итого:		505				
ДЕНЬ 4. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			16,61	13,08	109,83	646,83
	ЗАВТРАК		16,61	13,08	109,83	646,83
173/15	Каша молочная геркулесовая	220/5	10,00	12,44	61,00	410,15
376/15	Чай с сахаром	200/15	0,53	0,00	9,47	40,00
	Хлеб пшеничный	60	6,08	0,64	39,36	196,68
Итого:		500				
ДЕНЬ 5. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			22,38	14,04	70,18	513,74
	ЗАВТРАК		22,38	14,04	70,18	513,74
204/15	Макаронные изделия отварные с соусом	200/30	15,77	13,40	21,35	277,06
376/15	Чай с сахаром	200/15	0,53	0,00	9,47	40,00
	Хлеб пшеничный	60	6,08	0,64	39,36	196,68
Итого:		505				
ДЕНЬ 6. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			16,00	6,92	91,22	510,70
	ЗАВТРАК		16,00	6,92	91,22	510,70
173/15	Каша молочная пшенная (жидкая) с маслом сливочным	220/5	9,39	6,28	42,39	274,02
376/15	Чай с сахаром	200/15	0,53	0,00	9,47	40,00
	Хлеб пшеничный	60	6,08	0,64	39,36	196,68
Итого:		500				
ДЕНЬ 7. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			21,04	14,00	59,80	457,34
	ЗАВТРАК		21,04	14,00	59,80	457,34
204/15	Макаронные изделия отварные с соусом	200/30	15,77	13,40	21,35	277,06
376/15	Чай с сахаром	200/15	0,53	0,00	9,47	40,00
	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,60	28,98	140,28
Итого:		515				
ДЕНЬ 8. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			13,57	13,34	74,44	481,01
	ЗАВТРАК		13,57	13,34	74,44	481,01
173/15	Каша молочная 5 злаков (жидкая)	220/5	8,30	12,74	35,99	300,73
376/15	Чай с сахаром	200/15	0,53	0,00	9,47	40,00
	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,60	28,98	140,28
Итого:		500				
ДЕНЬ 9. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			13,09	13,84	97,31	554,44
	ЗАВТРАК		13,09	13,84	97,31	554,44
38/05	Рис с овощами с соусом	200/30	6,48	13,20	48,48	317,76
376/15	Чай с сахаром	200/15	0,53	0,00	9,47	40,00
	Хлеб пшеничный	60	6,08	0,64	39,36	196,68

Итого:		505				
ДЕНЬ 10. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			19,69	8,38	107,96	609,65
	ЗАВТРАК		19,69	8,38	107,96	609,65
302/15	Каша гречневая рассыпчатая с соусом	200/30	13,08	7,74	59,13	372,97
376/15	Чай с сахаром	200/15	0,53	0,00	9,47	40,00
	Хлеб пшеничный	60	6,08	0,64	39,36	196,68
Итого:		505				

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)