

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 94,89 руб. (завтрак)
(1 - 4 класс)**

Меню для учащихся, получающих бюджетные средства на питание в размере 94,89 руб. (завтрак) 1-4 кл

Категории:

- Обучающиеся по образовательным программам начального общего образования, не отнесенные к отдельным категориям.

№ 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			19,55	17,59	120,18	721,08
	ЗАВТРАК		19,55	17,59	120,18	721,08
15/15	Сыр (порциями)	10	2,32	2,95	0,00	36,00
182/15	Каша молочная 5 злаков (жидкая) с маслом сливочным	200/5	6,77	9,20	34,20	252,00
379/15	Кофейный напиток с молоком	200	3,60	2,68	29,20	155,20
	Хлеб пшеничный	2*30	4,74	0,60	28,98	140,28
	Пряник	40	2,12	2,16	27,80	137,60
Итого:		515				
ДЕНЬ 2. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			24,48	24,81	83,17	654,17
	ЗАВТРАК		24,48	24,81	83,17	654,17
295/15	Котлеты из мяса птицы	90	13,70	19,93	13,79	289,80
202/15	Макаронные изделия отварные	150	5,51	4,28	30,93	184,09
376/15	Чай с сахаром	200/15	0,53	0,00	9,47	40,00
	Хлеб пшеничный	2*30	4,74	0,60	28,98	140,28
Итого:		515				
ДЕНЬ 3. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			20,22	34,45	83,65	728,99
	ЗАВТРАК		20,22	34,45	83,65	728,99
24/1996	Свекла отварная (порционно)	60	1,08	0,06	5,88	28,80
259/15	Жаркое по-домашнему	50/150	14,05	33,71	18,94	437,71
348/15	Компот из плодов или ягод сушеных (изюм)	200	0,35	0,08	29,85	122,20
	Хлеб пшеничный	2*30	4,74	0,60	28,98	140,28
Итого:		520				
ДЕНЬ 4. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			23,68	9,95	84,70	523,35
	ЗАВТРАК		23,68	9,95	84,70	523,35
291/15	Плов из филе птицы	50/150	18,01	8,95	36,45	298,67
376/15	Чай с сахаром	200/15	0,53	0,00	9,47	40,00
	Хлеб пшеничный	2*30	4,74	0,60	28,98	140,28
	Фрукт свежий	100	0,40	0,40	9,80	44,40
Итого:		575				
ДЕНЬ 5. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			22,78	17,03	84,46	593,21
	ЗАВТРАК		22,78	17,03	84,46	593,21
ТТК 370	Голубцы ленивые мясные	80/30	8,91	10,34	7,37	169,18
302/15	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,60	6,09	38,64	243,75
376/15	Чай с сахаром	200/15	0,53	0,00	9,47	40,00
	Хлеб пшеничный	2*30	4,74	0,60	28,98	140,28
Итого:		535				

ДЕНЬ 6. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			17,76	20,70	108,54	692,76
	ЗАВТРАК		17,76	20,70	108,54	692,76
14/15	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00
204/15	Макароны отварные с сыром	190/10	9,49	3,80	40,43	233,98
378/15	Чай с молоком	150/50/15	1,52	1,35	15,90	81,00
	Хлеб пшеничный	2*30	4,74	0,60	28,98	140,28
	Вафли	35	1,93	7,70	23,10	171,50
Итого:		520				
ДЕНЬ 7. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			21,14	14,43	63,74	541,08
	ЗАВТРАК		21,14	14,43	63,74	541,08
261/15	Печень тушенная в соусе	50/50	12,81	9,03	4,45	180,50
312/15	Пюре картофельное	150	3,06	4,80	20,44	158,30
377/15	Чай с лимоном	200/15/7	0,53	0,00	9,87	62,00
	Хлеб пшеничный	2*30	4,74	0,60	28,98	140,28
Итого:		532				
ДЕНЬ 8. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			20,46	29,51	86,90	697,78
	ЗАВТРАК		20,46	29,51	86,90	697,78
268/15	Шницель мясной	90	11,54	23,54	11,77	307,80
304/15	Рис отварной	150	3,65	5,37	36,68	209,70
376/15	Чай с сахаром	200/15	0,53	0,00	9,47	40,00
	Хлеб пшеничный	2*30	4,74	0,60	28,98	140,28
Итого:		515				
ДЕНЬ 9. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			25,23	26,80	104,22	759,45
	ЗАВТРАК		25,23	26,80	104,22	759,45
295/15	Котлеты из мяса птицы	90	13,70	19,93	13,79	289,80
302/15	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,60	6,09	38,64	243,75
883/17	Кисель плодово-ягодный	200	0,16	0,08	27,50	111,36
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,14
	Фрукт свежий	100	0,40	0,40	9,80	44,40
Итого:		570				
ДЕНЬ 10. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			22,88	38,22	101,03	835,00
	ЗАВТРАК		22,88	38,22	101,03	835,00
75/15	Икра морковная	60	1,21	0,06	12,33	54,72
265/15	Плов мясной	50/150	16,83	37,56	34,52	544,00
ТТК №324	Напиток "Лимонад" с лимоном	200	0,10	0,00	25,20	96,00
	Хлеб пшеничный	2*30	4,74	0,60	28,98	140,28
Итого:		520				

При разработки 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)