

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)
(5 -11 класс)**

Меню для учащихся, получающих бюджетные средства на питание в размере 94,89 руб. (завтрак) 5-11 кл

Категории:

- Дети из малообеспеченных семей;
- Дети с нарушениями здоровья, имеющие заболевания, относящиеся к нарушениям состояния здоровья: заболевания, связанные с недостаточностью питания, не связанные с тяжелой патологией и не требующие специальной диеты (белково-энергетическая недостаточность умеренной и легкой степени (код по международной статистической классификации болезней и проблем, связанных со здоровьем, МКБ 10 IV E 44)), и задержку развития, обусловленную белково-энергетической недостаточностью (код по международной статистической классификации болезней и проблем, связанных со здоровьем, МКБ 10 IV E 45);
- Дети из семей, находящихся в социально опасном положении, находящихся в трудной жизненной ситуации;
- Дети из многодетных семей;
- Дети из семей участников боевых действий.

№ 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			22,07	19,00	115,48	721,23
	ЗАВТРАК		22,07	19,00	115,48	721,23
15/15	Сыр (порциями)	10	2,32	2,95	0,00	36,00
182/15	Каша молочная 5 злаков (жидкая) с маслом сливочным	250/5	9,72	10,61	42,75	306,75
	Пряник	40	2,12	2,16	27,80	137,60
379/15	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	100,60
	Хлеб пшеничный	2*30	4,74	0,60	28,98	140,28
	Итого:	565				
ДЕНЬ 2. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			27,43	27,26	100,87	758,47
	ЗАВТРАК		27,43	27,26	100,87	758,47
295/15	Котлеты из мяса птицы	100	15,22	22,14	15,32	322,00
309/15	Макаронные изделия отварные	200	7,40	4,50	41,57	236,19
376/15	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00
	Хлеб пшеничный	2*30	4,74	0,60	28,98	140,28
	Итого:	575				
ДЕНЬ 3. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			20,94	34,49	87,57	748,19
	ЗАВТРАК		20,94	34,49	87,57	748,19
24/96	Свекла отварная (порционно)	100	1,80	0,10	9,80	48,00
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:	560				
ДЕНЬ 4. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			23,22	9,97	90,23	543,35
	ЗАВТРАК		23,22	9,97	90,23	543,35
291/15	Плов из филе птицы	50/150	18,01	8,95	36,45	298,67
376/15	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00
	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			25,18	19,08	102,87	694,46
	ЗАВТРАК		25,18	19,08	102,87	694,46
ТТК 370	Голубцы ленивые мясные	80/30	8,91	10,34	7,37	169,18
302/15	Каша гречневая рассыпчатая	200	11,46	8,12	51,52	325,00
376/15	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00
	Хлеб пшеничный	2*30	4,74	0,60	28,98	140,28
	Итого:	585				

ДЕНЬ 6. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			18,89	20,83	114,93	724,02
	ЗАВТРАК		18,89	20,83	114,93	724,02
14/15	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00
204/15	Макароны отварные с сыром	220/10	10,62	3,93	46,82	265,24
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:	550				
ДЕНЬ 7. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			21,36	15,41	73,16	572,74
	ЗАВТРАК		21,36	15,41	73,16	572,74
255/15	Печень тушенная в соусе	50/50	12,81	9,03	4,45	180,50
312/15	Пюре картофельное	180	3,68	5,76	24,53	189,96
377/15	Чай с лимоном	200/15/7	0,13	0,02	15,20	62,00
	Хлеб пшеничный	2*30	4,74	0,60	28,98	140,28
	Итого:	562				
ДЕНЬ 8. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			22,03	33,28	101,06	794,41
	ЗАВТРАК		22,03	33,28	101,06	794,41
268/15	Шницель мясной	100	12,82	26,16	13,08	342,00
304/15	Рис отварной	180	4,40	6,50	44,00	252,13
376/15	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00
	Хлеб пшеничный	2*30	4,74	0,60	28,98	140,28
	Итого:	555				
ДЕНЬ 9. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			28,47	30,23	113,48	840,40
	ЗАВТРАК		28,47	30,23	113,48	840,40
295/15	Котлеты из мяса птицы	100	15,22	22,14	15,32	322,00
302/15	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,32	7,31	46,37	292,50
883/15	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:	610				
ДЕНЬ 10. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			23,68	38,26	109,25	871,48
	ЗАВТРАК		23,68	38,26	109,25	871,48
75/15	Икра морковная	100	2,01	0,10	20,55	91,20
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:	560				

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)