

СОГЛАСОВАНО:

Директор

" " 2026г.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ООО "Комбинат
общественного питания"

О. Ю. Козырева

"6" апреля 2026 г.

по доверенности №111-Ф-2025 от 02.06.2025г.

Приложение 8 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

**ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ОСНОВНОГО (ОРГАНИЗОВАННОГО) ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ (ОБЕД)
ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-4 КЛАССОВ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ШКОЛ
СТОИМОСТЬЮ 180,00 РУБ. (родительская плата)**

Рацион: Меню 7-11 лет рп обед

Неделя: 1

День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Обед	Суп картофельный с бобовыми с мясом птицы	250	5,88	6	21,48	166,6	139
	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40	943
	Пельмени с маслом	190	9,05	13,3	40,28	292,8	1454,01
	Напиток плодово-ягодный	200	0,12		24,4	97	1 242
	Хлеб пшеничный.	25	2,03		12,2	60,5	894,01
	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	12,13	64,8	1 147
Итого за Обед		700	20,51	20,3	118,3	721,7	
Итого за день		700	20,51	20,3	118,3	721,7	0

(лист 2)

Рацион: Меню 7-11 лет рп обед

Неделя: 1

День: вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Обед	Рассольник домашний с мясом птицы со сметаной	250	2,7	6,25	17,8	139,1	1 030
	Гуляш из мяса свинины	100	13,17	13	3,61	167,9	437,06
	Пюре картофельное	150	3,26	7	22,03	163,5	995
	Напиток из смеси сухофруктов	200	0,35		24,36	101,7	928
	Хлеб пшеничный.	25	2,03		12,2	60,5	894,01
	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	12,13	64,8	1 147
Итого за Обед		750	23,64	27,25	92,13	697,5	
Итого за день		750	23,64	27,25	92,13	697,5	

(лист 3)

Рацион: Меню 7-11 лет рп обед

Неделя: 1

День: среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Обед	Борщ с капустой, картофелем, мясом птицы и сметаной	250	4,33	6,25	13,19	121,3	1 021
	Биточек куриный	90	16,74	18	24,61	191,7	1308,02
	Макаронные изделия отварные с маслом	150	4,34	4	37,87	198,2	516
	Напиток из кураги	200	0,5		13,97	58,86	704
	Хлеб пшеничный.	25	2,03		12,2	60,5	894,01
	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	12,13	64,8	1 147
Итого за Обед		740	30,07	29,25	113,97	695,36	
Итого за день		740	30,07	29,25	113,97	695,36	

(лист 4)

Рацион: Меню 7-11 лет рп обед

Неделя: 1

День: четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда 1-4 кл	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Обед	Суп Крестьянский с крупой, сметаной и мясом птицы	250	3,11	7,5	17,26	143,9	1 058
	Птица запеченная	90	20,98	12	19,88	202,1	1 237
	Картофель запеченный	150	3,3	5,77	26,9	171,6	1317
	Напиток яблочный с "Витошкой"	200	0	0	19	80	912
	Хлеб пшеничный.	25	2,03		12,2	60,5	894,01
	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	12,13	64,8	1 147
Итого за Обед		740	31,55	26,27	107,37	722,9	
Итого за день		740	31,55	26,27	107,37	722,9	

(лист 5)

Рацион: Меню 7-11 лет рп обед

Неделя: 1

День: пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Обед	Суп-лапша на курином бульоне	250	5,48	6,25	15,3	137,5	1 015
	Котлета Деревенская с соусом томатным	110	12,69	12	8,5	199,9	1 027,13 / 1 126
	Каша гречневая рассыпчатая	150	6,32	6	48,62	284,6	998
	Напиток из плодов шиповника	200	0,14		5,13	24,1	705
	Хлеб пшеничный.	25	2,03		12,2	60,5	894,01
	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	12,13	64,8	1 147
	Итого за Обед	760	28,79	25,25	101,88	771,4	
Итого за день		760	28,79	25,25	101,88	771,4	(лист 6)

Рацион: Меню 7-11 лет рп обед

Неделя: 2

День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Обед	Суп "Полевой"	250	3,08	13,25	19,88	185	1018,01
	Биточек куриный с соусом томатным	110	12,77	11		164,6	1 308,02 / 1 126
	Макаронные изделия отварные с маслом	150	4,34	4	37,87	198,2	516
	Напиток Ягодка	200	0,12		24,4	97	1 242
	Хлеб пшеничный.	25	2,03		12,2	60,5	894,01
	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	12,13	64,8	1 147
	Итого за Обед	760	24,47	29,25	106,48	770,1	
Итого за день		760	24,47	29,25	106,48	770,1	(лист 7)

Рацион: Меню 7-11 лет (2 смена) обед

Неделя: 2

День: вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Обед	Суп картофельный с бобовыми с мясом птицы	250	5,88	6	21,48	166,6	139
	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40	943
	Пельмени с маслом	190	9,05	13,3	40,28	292,8	1454,01
	Напиток из смеси сухофруктов	200	0,35		24,36	101,7	928
	Хлеб пшеничный.	25	2,03		12,2	60,5	894,01
	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	12,13	64,8	1 147
	Итого за Обед	700	20,74	20,3	118,26	726,4	
Итого за день		700	20,74	20,3	118,26	726,4	(лист 8)

Рацион: Меню 7-11 лет рп обед

Неделя: 2

День: среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Обед	Рассольник ленинградский с мясом птицы со сметаной	250	2,7	6,25	17,8	139,1	1 030
	Печень по строгановски	100	13,4	13,4	5,2	195	431
	Пюре картофельное	150	3,26	7	22,03	163,5	995
	Напиток из плодов шиповника	200	0,14		5,13	24,1	705
	Хлеб пшеничный.	25	2,03		12,2	60,5	894,01
	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	12,13	64,8	1 147
	Итого за Обед	750	23,66	27,65	74,49	647	
Итого за день		750	23,66	27,65	74,49	647	(лист 9)

Рацион: Меню 7-11 лет рп обед

Неделя: 2

День: четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Обед	Борщ с капустой, картофелем, мясом птицы и сметаной	250	4,33	6,25	13,19	121,3	1 021
	Плов со свининой	200	12,76	15,2	41,85	361,7	1 018
	Напиток яблочный с "Виташкой"	200	0	0	19	80	912
	Хлеб пшеничный.	25	2,03		12,2	60,5	894,01
	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	12,13	64,8	1 147
	Итого за Обед	700	21,25	22,45	98,37	688,3	
Итого за день		700	21,25	22,45	98,37	688,3	(лист 10)

Рацион: Меню 7-11 лет рп обед

Неделя: 2

День: пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем, мясом птицы со сметаной	250	1,9	6,25	9,14	132,5	124
	Фрикасе из мяса птицы с соусом	100	15,33	10	12,7	189,7	1 023
	Каша гречневая рассыпчатая	150	6,32	6	48,62	284,6	998
	Напиток из кураги	200	0,5		13,97	58,86	704
	Хлеб пшеничный	25	2,03		12,2	60,5	894,01
	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	12,13	64,8	1 147
Итого за Обед		750	28,21	23,25	108,76	790,96	
Итого за день		750	28,21	23,25	108,76	790,96	
Итого за период		7350	252,9	251,2	1040,01	7231,62	
Среднее значение за период		735	25,29	25,12	104,001	723,162	

Составил _____ Копецкая Юлия Юрьевна