

Директор

Утверждаю:

Н.А.Мундашева/

расшифровка

2026г.

« 12 » ноября 2026г.

учреждении.

Завтрак

2 день

3 день

4 день

№ рецептуры		Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал
				Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак							
	горячее блюдо	ТВОРОЖНОЕ БЛЮДО (лапшевник, запеканка, каша молочная, вареники и т.д.)	230	10,9	15,3	38,8	257
	гор. напиток	Напиток горячий (чай с сахаром, чай каркаде с сахаром, чай фруктовый и т.д.)	200	0,2	0,0	15,0	58
	сладкое	Кондитерское изделие	30	3,8	4,1	14,0	91
23/2022	хлеб	Хлеб из муки пшеничной	40	2,7	0,8	17,6	88
		Итого:	500	17,6	20,2	85,4	494

5 день						
№ рецептуры		Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г.	Пищевые вещества, г		
				Белки	Жиры	Углеводы

Энергетическая
ценность, ккал

Завтрак						
т.24/1996	закуска	Овощи сезонные порционно (свежие или соленые огурцы или помидоры; квашеная капуста; вареные морковь или свекла)	60	0,9	0,1	5,3
467/2022	горячее блюдо	Котлеты или биточки рыбные любительские	90	11,7	10,6	8,6
310/2017	гарнир	Картофель отварной	150	3,6	5,8	28,6
	гор.напиток	Напиток горячий (чай с сахаром, чай каркаде с сахаром, чай фруктовый и тд.)	200	0,2	0,0	12,2
23/2022	хлеб	Хлеб из муки пшеничной	30	2,1	0,6	13,2
Итого:			530	18,5	17,1	67,9
						490

6 день						
№ рецептуры		Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г.	Пищевые вещества, г		
				Белки	Жиры	Углеводы

Энергетическая
ценность, ккал

Завтрак						
1/2017	холодное блюдо	Бутерброд с маслом	40	4,5	7,5	14,9
181/2017	горячее блюдо	Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом сливочным	160	7,5	8,9	28,3
338/2017	фрукт	Плоды свежие	100	0,4	0,4	9,8
774/2022	гор.напиток	Кофейный напиток злаковый на молоке	200	3,0	1,8	26,0
Итого:			500	15,4	18,6	79,0
						521

7 день						
№ рецептуры		Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г.	Пищевые вещества, г		
				Белки	Жиры	Углеводы

Энергетическая
ценность, ккал

Завтрак						
т.24/1996	закуска	Овощи сезонные порционно (свежие или соленые огурцы или помидоры; квашеная капуста; вареные морковь или свекла)	60	0,9	0,1	5,3
580/2022	горячее блюдо	Гуляш из мяса птицы	100	8,4	10,3	9,4
309/2017	гарнир	Макаронные изделия отварные	150	5,3	6,2	35,3
	гор.напиток	Напиток горячий (чай с сахаром, чай каркаде с сахаром, чай фруктовый и тд.)	200	0,2	0,0	15,0
23/2022	хлеб	Хлеб из муки пшеничной	30	2,1	0,6	13,2
Итого:			540	16,9	17,2	78,2
						497

8 день						
№ рецептуры		Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г.	Пищевые вещества, г		
				Белки	Жиры	Углеводы

Энергетическая
ценность, ккал

Завтрак						
т.24/1996	закуска	Овощи сезонные порционно (свежие или соленые огурцы или помидоры; квашеная капуста; вареные морковь или свекла)	60	0,9	0,1	5,3
622/2022	горячее блюдо	Шницель рубленый куриный	90	11,7	11,2	14,6
665/2022	гарнир	Рис с овощами	150	3,5	4,6	33,5
	гор.напиток	Напиток горячий (чай с сахаром, чай каркаде с сахаром, чай фруктовый и тд.)	200	0,2	0,0	10,0
23/2022	хлеб	Хлеб из муки пшеничной	30	2,1	0,6	13,2
Итого:			530	18,4	16,5	76,6
						501

9 день						
№ рецептуры		Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г.	Пищевые вещества, г		
				Белки	Жиры	Углеводы

Энергетическая
ценность, ккал

Завтрак						
2/2017	холодное блюдо	Бутерброд с повидлом	55	4,4	5,9	27,8
182/2017	горячее блюдо	Каша жидкая молочная из рисовой крупы с маслом сливочным	150	6,7	7,6	24,4
338/2017	фрукт	Плоды свежие	100	1,5	0,5	21,0
774/2022	гор.напиток	Кофейный напиток злаковый на молоке	200	3,0	1,8	26,0
Итого:			505	15,6	15,8	99,2
						532

10 день

№ рецептуры		Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал
				Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак							
т.24/1996	закуска	Овощи сезонные порционно (свежие или соленые огурцы или помидоры, квашеная капуста, вареные морковь или свекла)	60	0,9	0,1	5,3	26
279/2017 331/2017	горячее блюдо	Тефтели(2 вариант) из говядины с соусом сметанным с томатом	90	10,0	14,1	21,6	223
303/2017	гарнир	Каша вязкая гречневая	150	4,7	5,0	22,3	169
	гор.напиток	Напиток горячий (чай с сахаром, чай каркаде с сахаром, чай фруктовый и тд.)	200	0,2	0,0	10,0	40
23/2022	хлеб	Хлеб из муки пшеничной	30	2,0	0,6	13,2	66
		Итого:	530	17,8	19,8	72,4	524

Согласно СанПиН 2.3/2.4.3590-20 (п.2.8) изготовление продукции производится по технологическим документам, в том числе технологической карте, технико-технологической карте, технологической инструкции, разработанным и утвержденным руководителем организации или уполномоченным им лицом и утвержденными руководителем организации. Наименование блюд и кулинарных изделий, указываемых в меню, соответствуют их наименованиям, указанным в технологических документах, составленными на основе действующих Сборников рецептур:

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при образовательных школах/ Под ред. В.Т. Лапиной. - М.: Хлебпродинформ, 2004. - 640с.

Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2017. - 544с.

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций/ Под ред. Заместителя Президента Российской академии образования Академика РАН профессора Г.Г.Онищенко и Научного Руководителя ФГБУН "ФИЦ Питания, биотехнологии и безопасности пищи" Академика РАН В.А.Тутельяна, Москва 2022 - 698с.

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Под ред. Ф.Л. Марчука - М.: Хлебпродинформ, 1996. - 620с