

СОГЛАСОВАНО:

Главный врач
Ворошиловского межрайонного центра г.Донецка.
Республиканского центра СЭН ГСЭС ИЗ ДНР



В.Н. Гурко

УТВЕРЖДЕНО:

Директор МБОУ
«Специализированная школа с углубленным
изучением английского языка №11 г. Донецка»



Т.В. Абдикеева

Примерное 2-х НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ

за бюджетное финансирование

1-4 классы (горячий завтрак и обед)

5-11 классы (горячий завтрак и обед для детей льготной категории)

Муниципальное Бюджетное Общеобразовательное Учреждение
«Специализированная школа с углубленным
изучением английского языка №11 г. Донецка»

2022-2023 учебный год

Разработано
Диетсестрой
МБОУ «СШ №11»
Павловой Т.А.

Номер рецептуры *	Наименование блюда согласно рецептуре	Выход блюда	Выход блюда	Химический состав блюд						Энергетическая ценность ккал	
		1-4	5-11	Белки		Жиры		Углеводы		1-4	5-11
				1-4	5-11	1-4	5-11	1-4	5-11		
А	1	2	3	4		6		6		7	
<i>Первая неделя</i>											
ПОНЕДЕЛЬНИК											
Завтрак											
№ 173	Омлет натуральный	58	58	5,5	5,5	11,7	11,7	1,1	1,1	132	132
№295	Макаронные изделия отварные	150	200	5,5	7,3	5	6,7	35,5	47,5	210	280
№ 352	Кофейный напиток с молоком	150	200	2,4	3,3	2,5	3,3	18,6	24,8	107	142
	Хлеб пшеничный	10	15	1	1,5	0,4	0,6	4,9	7,4	26	39
Пром. пр-ва	Мармелад	33	33	0	0	0	0	2,6	2,6	10,6	10,6
Итого				14,4	17,6	19,6	22,3	62,7	83,4	485,6	603,6
Обед											
№ 83	Суп с фрикадельками	200/25	225/25	6,9	7,8	4,8	5,4	15,6	17,6	134	150,6
№ 285	Котлета рубленая	50	50	9,8	9,8	10,9	10,9	9,1	9,1	188	188
№ 290	Каши рассыпчатые	150	200	8,8	11,6	6,6	8,8	45,1	60,1	278	370,7
№ 362	Соки овощные, фруктовые, ягодные	150	200	0,8	1			15,9	21,2	69	92
	Хлеб пшеничный	35	50	3,5	5	1,4	2	17,2	24,6	91	130
Итого				29,8	35,2	23,7	27,1	102,9	132,6	760	931,3

Номер рецептуры *	Наименование блюда согласно рецептуре	Выход блюда	Выход блюда	Химический состав блюд						Энергетическая ценность ккал	
		1-4	5-11	Белки		Жиры		Углеводы		1-4	5-11
				1-4	5-11	1-4	5-11	1-4	5-11		
А	1	2	3	4		6		6		7	
<i>Первая неделя</i>											
ВТОРНИК											
Завтрак											
№187	Пудинг из творога со сметаной	100/15	100/15	15	15	13,7	13,7	23,4	23,4	283	283
№ 350	Чай с лимоном	200	200	0,2	0,2		0	15,2	15,2	63	63
	Хлеб пшеничный	10	15	1	1,5	0,4	0,6	4,9	7,4	26	39
Итого				16,2	16,7	14,1	14,3	43,5	46	372	385
Обед											
№ 82	Суп с макаронными изделиями	220	250	2,5	2,9	2,2	2,5	18,2	20,7	100,1	113,8
№ 121	Картофель жареный	150	200	4,4	5,9	15,9	21,2	19	21,6	106,7	121
№ 219	Сосиска вареная	50/5	50/5	5,7	5,7	16,8	16,8			174	174
№ 330	Компот из сухофруктов	200	200						31,5	129	129
	Хлеб пшеничный	35	50	3,5	5	1,4	2	17,2	24,6	91	130
Итого				16,1	19,5	36,3	42,5	54,4	98,4	600,8	667,8

Номер рецептуры *	Наименование блюда согласно рецептуре	Выход блюда	Выход блюда	Химический состав блюд						Энергетическая ценность ккал	
		1-4	5-11	Белки		Жиры		Углеводы		1-4	5-11
				1-4	5-11	1-4	5-11	1-4	5-11		
А	1	2	3	4		6		6		7	
<i>Первая неделя</i>											
СРЕДА											
Завтрак											
№ 149	Каша манная молочная жидкая	200/20	250/20	6,4	8	11,7	14,6	43	53,8	303	378,8
№ 169	Яйцо вареное	40	40	5,1	5,1	4,6	4,6	0,3	0,3	63	63
№ 349	Чай с сахаром	200	200					15	15	60	60
	Хлеб пшеничный	35	50	3,5	5	1,4	2	17,2	24,6	91	130
Пром. пр-ва	Печенье	63	63	0,4	0,4	0,7	0,7	4,7	4,7	26,3	26,3
Итого				15,4	18,5	18,4	21,9	80,2	98,4	543,3	658,1
Обед											
№ 60	Борщ с капустой	200	250	1,8	2,3	4,2	5,2	11,2	14	91	114
№ 283	Плов из птицы	180	200	16,1	17,9	13,6	15,1	33,8	37,6	324	360
№ 362	Соки овощные, фруктовые, ягодные	150	200	0,8	1			15,9	21,2	69	92
	Хлеб пшеничный	35	50	3,5	5	1,4	2	17,2	24,6	91	130
Итого				22,2	26,2	19,6	22,3	78,1	97,4	575	696

Номер рецептуры *	Наименование блюда согласно рецептуре	Выход блюда	Выход блюда	Химический состав блюд						Энергетическая ценность ккал	
		1-4	5-11	Белки		Жиры		Углеводы		1-4	5-11
				1-4	5-11	1-4	5-11	1-4	5-11		
А	1	2	3	4		6		6		7	
<i>Первая неделя</i>											
ЧЕТВЕРГ											
Завтрак											
№ 154	Запеканка рисовая с творогом	150/15	150/15	8,8	8,8	9,7	9,7	45,6	45,6	307	307
№ 354	Какао смолоком	150	200	2,8	3,8	2,9	3,9	19,3	25,8	116	154
	Хлеб пшеничный	10	15	1	1,5	0,4	0,6	4,9	7,4	26	39
Пром. пр-ва	Пряники	49	49	0,2	0,2	0,1	0,1	3,8	3,8	16,5	16,5
Итого				12,8	14,3	13,1	14,3	73,6	82,6	465,5	516,5
Обед											
№ 74	Рассольник Ленинградский	250	300	2,6	3,2	5,5	6,6	18,2	21,8	133	160
№ 105	Пюре картофельное	150	200	3,4	4,5	5,4	7,2	24,5	32,7	161	214,7
№ 202	Котлеты рыбные	75/5	75/5	8,2	8,2	10,2	10,2	13	13	185	185
№ 326	Компот из свежих плодов	150	200	0,1	0,2			20	27,9	85	113
	Хлеб пшеничный	35	50	3,5	5	1,4	2	17,2	24,6	91	130
Итого				17,8	21,1	22,5	26	92,9	120	655	802,7

Номер рецептуры *	Наименование блюда согласно рецептуре	Выход блюда	Выход блюда	Химический состав блюд						Энергетическая ценность ккал	
		1-4	5-11	Белки		Жиры		Углеводы		1-4	5-11
				1-4	5-11	1-4	5-11	1-4	5-11		
А	1	2	3	4		6		6		7	
<i>Первая неделя</i>											
ПЯТНИЦА											
Завтрак											
№ 145	Каша молочная Геркулес	220/10	250/10	9,5	10,8	15,6	17,8	42	47,8	349,8	397,5
№ 3	Бутерброд с сыром	40	40	6,4	6,4	8,5	8,5	16	16	166	166
№ 349	Чай с сахаром	200	200					15	15	60	60
Итого				15,9	17,2	24,1	26,3	73	78,8	575,8	623,5
Обед											
№ 81	Суп картофельный с фасолью	250	300	5,8	6,9	4,7	5,6	19,5	23,4	144	172
№ 295	Макаронны отварные	150	200	5,5	7,3	5	6,7	35,5	47,3	210	280
№ 284	Птица жареная	50/5	50/5	10,9	10,9	11,6	11,6	3	3	150	150
№ 362	Соки овощные, фруктовые, ягодные	150	200	0,8	1			15,9	21,2	69	92
	Хлеб пшеничный	35	50	3,5	5	1,4	2	17,2	24,6	91	130
Итого				26,5	31,1	22,7	25,9	91,1	119,5	664	824

Номер рецептуры *	Наименование блюда согласно рецептуре	Выход блюда	Выход блюда	Химический состав блюд						Энергетическая ценность ккал	
		1-4	5-11	Белки		Жиры		Углеводы		1-4	5-11
				1-4	5-11	1-4	5-11	1-4	5-11		
А	1	2	3	4		6		6		7	
<i>Вторая неделя</i>											
ПОНЕДЕЛЬНИК											
Завтрак											
№ 371	Оладьи со сметаной	150/15	150/15	12,3	12,3	18,7	18,7	65	65	479	479
№ 350	Чай с лимоном	200	200	0,2	0,2		0	15,2	15,2	63	63
Пром. пр-ва	Мармелад	47	47	0	0	0	0	3,7	3,7	15,1	15,1
Итого				12,5	12,5	18,7	18,7	83,9	83,9	557,1	557,1
Обед											
№ 80	Суп с гречневой крупой	200	250	2	2,5	2,1	2,6	13,4	16,8	81	102
№ 290	Каша рассыпчатая рисовая	150	200	3,7	4,9	4,6	6,1	38,7	51,6	212	282,7
№ 285	Котлета рубленая	70/5	70/5	13,7	13,7	15,3	15,3	12,5	12,5	242,2	242,2
№ 362	Соки овощные, фруктовые, ягодные	150	200	0,8	1			15,9	21,2	69	92
	Хлеб пшеничный	35	50	3,5	5	1,4	2	17,2	24,6	91	130
Итого				23,7	27,1	23,4	26	97,7	126,7	695,2	848,9

Номер рецептуры *	Наименование блюда согласно рецептуре	Выход блюда	Выход блюда	Химический состав блюд						Энергетическая ценность ккал	
		1-4	5-11	Белки		Жиры		Углеводы		1-4	5-11
				1-4	5-11	1-4	5-11	1-4	5-11		
А	1	2	3	4		6		6		7	
<i>Вторая неделя</i>											
ВТОРНИК											
Завтрак											
№ 180	Вареники ленивые	100/15	100/15	15,4	15,4	10,9	10,9	15,1	15,1	223	223
№ 349	Чай с сахаром	200	200					15	15	60	60
	Хлеб пшеничный	10	15	1	1,5	0,4	0,6	4,9	7,4	26	39
Итого				16,4	16,9	11,3	11,5	35	37,5	309	322
Обед											
№ 87	Суп картофельный с клецками	250	300	5	6	6,1	7,2	25,6	30,8	178	213
№295	Макаронные изделия отварные	150	200	5,5	7,3	5	6,7	35,5	47,5	210	280
№ 219	Сосиски вареные	60	60	6,8	6,8	20,1	20,1		0	208,8	208,8
№ 326	Компот из свежих плодов	150	200	0,1	0,2			20	27,9	85	113
	Хлеб пшеничный	35	50	3,5	5	1,4	2	17,2	24,6	91	130
Итого				20,9	25,3	32,6	36	98,3	130,8	772,8	944,8

Номер рецептуры *	Наименование блюда согласно рецептуре	Выход блюда	Выход блюда	Химический состав блюд						Энергетическая ценность ккал	
		1-4	5-11	Белки		Жиры		Углеводы		1-4	5-11
				1-4	5-11	1-4	5-11	1-4	5-11		
А	1	2	3	4		6		6		7	
<i>Вторая неделя</i>											
СРЕДА											
Завтрак											
№ 150	Каша молочная рисовая	200/20	250/20	5	6,3	11,6	14,5	43,9	54,9	301	376,3
№ 354	Какао смолоком	150	200	2,8	3,8	2,9	3,9	19,3	25,8	116	154
Пром. пр-ва	Печенье	40	40	0,3	0,3	0,5	0,5	3	3	16,7	16,7
	Хлеб пшеничный	10	15	1	1,5	0,4	0,6	4,9	7,4	26	39
Итого				9,1	11,9	15,4	19,5	71,1	91,1	459,7	586
Обед											
№ 62	Борщ с фасолью	200	250	3,4	4,3	4,3	5,4	14	17,5	110	137
№ 296	Картофель отварной	150	200	3	4	4,9	6,5	26	34,7	161	214,7
№ 284	Птица жареная	50/5	50/5	10,9	10,9	11,6	11,6	3	3	150	150
№ 326	Компот из свежих плодов	150	200	0,1	0,2			20	27,9	85	113
	Хлеб пшеничный	35	50	3,5	5	1,4	2	17,2	24,6	91	130
Итого				20,9	24,4	22,2	25,5	80,2	107,7	597	744,7

Номер рецептуры *	Наименование блюда согласно рецептуре	Выход блюда	Выход блюда	Химический состав блюд						Энергетическая ценность ккал	
		1-4	5-11	Белки		Жиры		Углеводы		1-4	5-11
				1-4	5-11	1-4	5-11	1-4	5-11		
А	1	2	3	4		6		6		7	
<i>Вторая неделя</i>											
ЧЕТВЕРГ											
Завтрак											
№ 165	Макароны с сыром	175	175	11,8	11,8	10,2	10,2	33,8	33,8	276	276
№ 352	Кофейный напиток с молоком	150	200	2,4	3,3	2,5	3,3	18,6	24,8	107	142
Пром. пр-ва	Сушка ванильная	31	31	0,2	0,2	0,4	0,4	2,3	2,3	12,9	12,9
	Хлеб пшеничный	10	15	1	1,5	0,4	0,6	4,9	7,4	26	39
Итого				15,4	16,8	13,5	14,5	59,6	68,3	421,9	469,9
Обед											
№ 79	Суп картофельный с рисом	250	300	2,1	2,6	2,4	2,9	18,3	22	104	125
№ 105	Пюре картофельное	150	200	3,4	4,5	5,4	7,2	24,5	32,7	161	214,7
№ 194	Рыба тушеная в томате	150	150	16,1	16,1	8,9	8,9	8,4	8,4	169	169
№ 330	Компот из сухофруктов	200	200						31,5	129	129
	Хлеб пшеничный	35	50	3,5	5	1,4	2	17,2	24,6	91	130
Итого				25,1	28,2	18,1	21	68,4	119,2	654	767,7

Номер рецептуры *	Наименование блюда согласно рецептуре	Выход блюда	Выход блюда	Химический состав блюд						Энергетическая ценность ккал	
		1-4	5-11	Белки		Жиры		Углеводы		1-4	5-11
				1-4	5-11	1-4	5-11	1-4	5-11		
А	1	2	3	4		6		6		7	
<i>Вторая неделя</i>											
ПЯТНИЦА											
Завтрак											
№ 149	Каша молочная манная	200/20	250/20	6,4	8	11,7	14,6	43	53,8	303	378,8
№ 169	Яйцо вареное	40	40	5,1	5,1	4,6	4,6	0,3	0,3	63	63
№ 349	Чай с сахаром	200	200					15	15	60	60
	Хлеб пшеничный	10	15	1	1,5	0,4	0,6	4,9	7,4	26	39
Пром. пр-ва	Пряники	69	69	0,3	0,3	0,2	0,2	5,4	5,4	23,2	23,2
Итого				12,8	14,9	16,9	20	68,6	81,9	475,2	564
Обед											
№ 75	Суп картофельный	250	300	2,5	3	2,5	3	21,1	25,3	118	141
№ 283	Плов из птицы	180	200	16,1	17,9	13,6	15,1	33,8	37,6	324	360
№ 362	Соки овощные, фруктовые, ягодные	150	200	0,8	1			15,9	21,2	69	92
	Хлеб пшеничный	35	50	3,5	5	1,4	2	17,2	24,6	91	130
Итого				22,9	26,9	17,5	20,1	88	108,7	602	723

Сводная ведомость

				Белки		Жиры		Углеводы		Энергетическая ценность	
				1-4	5-11	1-4	5-11	1-4	5-11	1-4	5-11
Завтрак	Всего за 10 дней	X	X	140,9	157,3	165,1	183,3	651,2	751,9	4665,1	5285,7
Завтрак	Всего за 1 день	X	X	14,1	15,7	16,5	18,3	65,1	75,2	466,5	528,6
Обед	Всего за 10 дней	X	X	225,9	265,0	238,6	272,4	852,0	1161,0	6575,8	7950,9
Обед	Всего за 1 день	X	X	22,6	26,5	23,9	27,2	85,2	116,1	657,6	795,1

Завтрак, Обед	Всего за 10 дней	X	X	366,8	422,3	403,7	455,7	1503,2	1912,9	11240,9	13236,6
Завтрак. Обед	Всего за 1 день	X	X	36,7	42,2	40,4	45,6	150,3	191,3	1124,1	1323,7

Примерное двухнедельное меню (завтрак, обед,) для учащихся 1-11 классов МБОУ «Специализированная школа №11 г. Донецка» на 2022-2023 учебный год разработано на основании «Сборника рецептур блюд для питания школьников /М-во торговли УССР.- К.: Техніка, 1987». под редакцией: Г.В. Шомко , сборника «Питание детей» под. редакцией Снигур М.И. –К.:Рад.шк.,1988, «Организация питания детей в дошкольных учебных учреждениях /К.МЦФЕР-Украина, 2014» под. редакцией М.В. Омеляненко и др.

Сборники являются основным документом для организации питания учащихся общеобразовательных школ, в которых учтены особенности питания детей.

При разработке примерного двухнедельного меню школа руководствуется:

- Законами ДНР «Об образовании», «Об обеспечении санитарного и эпидемиологического благополучия населения»;
- Постановлением Совета Министров ДНР от 31.05.2016г. № 7-2 «Об утверждении временного порядка о проведении закупок товаров, работ и услуг за бюджетные средства в ДНР»;
- Постановлением Кабинета Министров Украины от 22.11.2004г. № 1591 «Об утверждении норм питания в учебных и оздоровительных учреждениях»;
- Письмом Министерства финансов ДНР № 12.08/466 от 10.02.2016г. «О питании в общеобразовательных учреждениях»;
- Приказами и распоряжениями Управления образования администрации г. Донецка, локальными приказами по школе;
- Иными нормативными правовыми актами, регулирующими вопросы питания детей.

Примерное двухнедельное меню (завтрак, обед,) для учащихся 1-11 классов МБОУ «Специализированная школа №11 г. Донецка» на 2022-2023 учебный год разработано на основании «Сборника рецептур блюд для питания школьников /М-во торговли УССР.- К.: Техніка, 1987». под редакцией: Г.В. Шомко , сборника «Питание детей» под. редакцией Снигур М.И. –К.:Рад.шк.,1988, «Организация питания детей в дошкольных учебных учреждениях /К.МЦФЕР-Украина, 2014» под. редакцией М.В. Омеляненко и др.

Сборники являются основным документом для организации питания учащихся общеобразовательных школ, в которых учтены особенности питания детей.

При разработке примерного двухнедельного меню школа руководствуется:

- Законами ДНР «Об образовании», «Об обеспечении санитарного и эпидемиологического благополучия населения»;
- Постановлением Совета Министров ДНР от 31.05.2016г. № 7-2 «Об утверждении временного порядка о проведении закупок товаров, работ и услуг за бюджетные средства в ДНР»;
- Постановлением Кабинета Министров Украины от 22.11.2004г. № 1591 «Об утверждении норм питания в учебных и оздоровительных учреждениях»;
- Письмом Министерства финансов ДНР № 12.08/466 от 10.02.2016г. «О питании в общеобразовательных учреждениях»;
- Приказами и распоряжениями Управления образования администрации г. Донецка, локальными приказами по школе;
- Иными нормативными правовыми актами, регулирующими вопросы питания детей.