ТВЕРЖДАЮ:
Директор МУП «Горпищеторг»
В.Э.Гапошкин
» 2026г.

СОГЛАСОВАНО:
Директор
«___» 2026 г.

ОСНОВНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ

Горячего питания (завтраков) и обедов учащихся в общеобразовательных организациях и спецшколах, отнесенных к детям-сиротам, детям оставшимся без попечения родителей, лица, из числа детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей.

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 7-11 ЛЕТ

г.Симферополь, 2026-2027 гг.

Пояснительная записка.

Питание обучающихся в общеобразовательных организациях будет осуществлять АО «Горпищеторг» на базе стационарных школьных столовых и буфетов-аточных, которые оснащены необходимым технологическим оборудованием, квалифицированными кадрами, столовой посудой, кухонным инвентарём, щими и дезинфицирующими средствами в достаточном количестве. Снабжение столовых сырьём и продовольственными товарами будет осуществляться авщиками, с которыми заключены договора АО «Горпищеторг» на поставку сырья и продовольственных товаров.

В основном меню должно учитываться рациональное распределение энергетической ценности по отдельным приёмам пищи. При двухразовом питании ределение калорийности по приёму пищи в процентном отношении должно составлять: завтрак-20-25%, обед-30-35%. Допускается в течении дня отступление орм калорийности по отдельным приёмам пищи в пределах +/-5%, при условии что средний процент пищевой ценности за неделю будет соответствовать выше численным требованиям по каждому приёму пищи.

суточном рационе питания оптимальное соотношение пищевых веществ - белков, жиров и углеводов должна составлять 1:1:4 или в процентном соотношении алорийности как 10-15%, 30-32%, 55-60% соответственно, а соотношения кальция к фосфору - как 1:1,5.

жедневно в рационах 2-х разового питания включается мясо, молоко, масло сливочное, масло растительное, хлеб ржаной и пшеничный (с каждым приёмом и). Рыбу, яйца, сыр, творог, кисломолочные продукты рекомендуется включить 1 раз в 2-3 дня.

втрак в школе должен состоять в основном из двух блюд: горячего мясного, творожного или яичного блюда и напитка (кофе, чай, ряженка, йогурт), олнительного - бутербродом с сыром, маслом, повидлом или сдобной булочкой.

ед должен состоять из 4 блюд, и включать закуску, первое, второе – основное горячее блюдо из мяса, рыбы или птицы и сладкое блюдо. В качестве закуски ует использовать салат из свежих или селёных огурцов, помидоров, свежей или квашеной капусты, моркови, свеклы и т.п. В качестве закуски допускается льзовать порционные овощи (дополнительный гарнир). Для улучшения вкуса в салат можно добавлять свежие или сухие фрукты: яблоки, чернослив, изюм.

актический рацион питания должен соответствовать утверждённому основному меню, разработанному в соответствии с СанПиН 2.3/2.4.4282-26 «Санитарно-емиологические требования к организации общественного питания населения».

я соблюдения норм закладки сырья и выхода готовой продукции все школьные столовые АО «Горпищеторг» обеспечены технологическими картами, аботанными на основании «Сборника рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. Издательство Москва. Де Ли Принт г.». С работниками школьных столовых проведены беседы по особенностям приготовления блюд в детском питании.

контроля за качеством питания учащихся в школьных столовых предусмотрена следующая документация:

1. Журнал бракеража скоропортящейся пищевой продукции.
2. Журнал бракеража готовой пищевой продукции.
3. Журнал учёта температурного режима холодильного оборудования.
4. Журнал гигиенический.
5. Ведомость контроля за рационом питания.
6. Журнал учёта температуры и влажности в складских помещениях.

я контроля за качеством поступающей продукции проводится бракераж и делается запись в журнале бракеража пищевых продуктов и продовольственного ья, в соответствии с рекомендуемой формой. Выдача готовой пищи осуществляется только после снятия пробы. Оценку качества блюд проводит еражная комиссия в составе не менее трёх человек: медицинского работника, работника пищеблока и представителя администрации образовательного ждения по органолептическим показателям.

ёма пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергет. ценность	№ рец-ры
	1-4 классы СИРОТЫ						
	Овощи натуральные (по сезону)	60	0,48	0,06	1,02	7,80	70
	Каша вязкая рисовая	150	3,78	7,78	39,30	242,00	303
	Птица туш. в томатном соусе	90	11,05	10,36	3,15	150,30	290/673
	Хлеб пшеничный в/с	40	3,04	0,32	19,68	94,00	пр
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,50	376
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	44,40	338
втрак		**640**	**18,82**	**18,94**	**87,95**	**599,00**	
	Овощи натуральные (по сезону)	50	0,55	0,05	0,80	8,00	70
	Суп с картоф. с бобовыми (гороховый)	200	4,40	4,20	13,20	108,20	102
	Рыба тушеная с овощами	90	9,75	9,50	8,80	159,70	229
	Макаронные изделия отварные с слив.маслом	150	5,60	4,50	26,40	168,50	309
	Сок фруктовый	200	0,00	0,00	22,00	88,00	389
	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,70	71,10	пр
	Хлеб ржаной	30	3,20	1,20	15,90	87,20	пр
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	44,40	338
	Кондитерские изделия (печенье)	30	2,25	2,94	22,32	124,20	пр
бед		**880**	**28,55**	**23,09**	**133,92**	**859,30**	
ГПД	Сок фруктовый "Смешарики" 1 шт	200	0,00	0,00	21,50	86,00	пр
	Пирожок с повидлом "Крымхлеб" 1 шт	80	4,00	4,00	5,50	74,00	пр
олдник		**280**	**4,00**	**4,00**	**27,00**	**160,00**	
ень		**1800**				**1618,30**	
ёма пищи	**Наименование блюда**	**Вес блюда**	**Белки**	**Жиры**	**Углеводы**	**Энергет. ценность**	**№ рец-ры**
	Овощи натуральные (по сезону)	60	0,66	0,06	0,96	9,60	70
	Омлет с маслом сливочным	150	10,21	11,90	7,92	161,90	210
	Бутерброд с маслом 40/5	45	2,65	6,13	14,18	125,20	1
	Какао с молоком	200	5,80	5,80	34,40	205,60	382
	Фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	44,40	389
втрак		**555**	**19,72**	**24,29**	**67,26**	**546,70**	
	Овощи натуральные (по сезону)	60	0,48	0,06	1,02	7,80	70
	Борщ с картофелем и капустой бел.свежей	200	2,00	7,00	9,50	109,00	82
	Котлета мясная с соусом (свинина)	90	9,90	25,90	11,30	317,90	268
	Каша вязкая "Артек"	150	4,00	4,30	24,60	153,10	303
	Компот из сухофруктов	200	0,60	0,10	16,00	67,30	342
	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,70	71,10	пр
	Хлеб ржаной	30	3,20	1,20	15,90	87,20	пр
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	44,40	338
	Кондитерские изделия (печенье)	30	2,25	2,94	22,32	124,20	пр
	Бутерброд с маслом и сыром 35/5/15	55	6,69	9,17	16,04	158,98	3
бед		**945**	**31,92**	**51,37**	**141,18**	**1140,98**	
ПГД	Сок восстановленный 1 шт	200	0,00	0,00	22,00	88,00	пр
	Пирожок с яблоком "Крымхлеб" 1 шт	80	5,20	9,60	36,00	251,20	пр
олдник		**280**	**5,20**	**9,60**	**58,00**	**339,20**	
ень		**1780**				**2026,88**	

ём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергет. ценность	№ рец-ры
	Каша молочная гречневая	250	11,26	7,17	56,28	336,30	183
	Бутерброд с маслом и сыром 40/5/25	70	8,78	11,00	20,76	217,00	3
	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	20,76	88,28	388
	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	44,40	338
трак		**620**	**21,12**	**18,85**	**107,60**	**685,98**	
	Салат из квашеной капусты	60	0,96	3,06	1,95	40,61	47
	Суп с макаронными изделиями	200	2,20	2,80	14,00	90,00	259
	Жаркое по-домашнему (свинина)	200	18,98	45,02	25,58	542,73	259
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,46	376
	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,70	71,10	пр
	Хлеб ржаной	30	3,20	1,20	15,90	87,20	пр
	Сок фруктовый 1 шт	200	0,00	0,00	22,00	88,00	пр
	Кондитерские изделия (печенье)	30	2,25	2,94	22,32	124,20	пр
ед		**950**	**30,06**	**55,34**	**131,45**	**1104,30**	
ПД	Сок фруктовый "Смешарики" 1 шт	200	0,00	0,00	21,20	84,80	пр
	Пирожок с капустой "Крымхлеб" 1 шт	80	3,30	4,10	37,50	200,10	пр
дник		**280**	**3,30**	**4,10**	**58,70**	**284,90**	
нь		**1850**				**2075,18**	
ём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергет. ценность	№ рец-ры
	Овощи натуральные (по сезону)	60	0,48	0,06	1,02	7,80	70
	Рыба тушёная с овощами	90	9,75	9,50	8,80	159,70	229
	Картофель отварной	150	3,03	5,94	22,99	157,54	125
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,46	376
	Хлеб пшеничный в/с	40	3,04	0,32	19,68	94,00	пр
трак		**540**	**16,37**	**15,84**	**67,49**	**479,50**	
	Салат из свеклы с конс. зелёным горошком	70	1,10	2,90	5,10	50,90	53
	Рассольник ленинградский	200	3,20	4,10	9,60	88,10	96
	Каша вязкая гречневая	150	4,70	5,00	20,60	146,20	303
	Фрикадельки куриные в сметанном соусе	90	6,90	8,50	6,40	129,70	297
	Бутерброд с маслом сливочным и сыром 40/10/20	70	8,50	11,60	20,80	221,60	3
	Хлеб ржаной	30	3,20	1,20	15,90	87,20	пр
	Яйца вареные	50	6,30	5,80	0,40	79,00	209
	Компот из сухофруктов	200	0,60	0,10	16,00	67,30	377
ед		**860**	**34,50**	**39,20**	**94,80**	**870,00**	
ПД	Сок восстановленный 1 шт	200	0,00	0,00	22,00	88,00	пр
	Пирожок с картошкой "Крымхлеб" 1 шт	80	5,20	9,60	36,80	254,40	пр
лдник		**280**	**5,20**	**9,60**	**58,80**	**342,40**	
ень		**1680**				**1691,90**	

...ём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергет. ценность	№ рец-ры
	Овощи натуральные (по сезону)	60	0,66	0,06	0,96	9,60	70
	Котлета мясная с соусом томатным 90/35	125	11,38	29,72	13,53	369,55	268
	Макаронные изделия отварные	150	5,45	5,78	30,45	195,62	203
	Хлеб пшеничный в/с	30	2,28	0,24	14,76	70,50	пр
	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,80	389
...втрак		**565**	**20,77**	**35,80**	**79,90**	**730,07**	
	Овощи натуральные (по сезону)	40	0,32	0,04	0,68	5,20	70
	Суп из овощей	200	1,20	3,40	7,20	64,20	99
	Гуляш мясной (свинина)	90	14,90	11,90	3,30	179,90	260
	Каша вязкая "Артек"	150	3,90	4,20	24,60	151,80	303
	Кофейный напиток	200	3,20	2,60	16,00	100,20	379
	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,70	71,10	пр
	Хлеб ржаной	30	3,10	1,20	16,00	87,20	пр
	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	44,40	338
	Кондитерские изделия (печенье)	30	2,25	2,94	22,32	124,20	пр
...бед		**870**	**31,67**	**26,98**	**114,60**	**828,20**	
...ГПД	Сок фруктовый "Смешарики" 1 шт	200	0,00	0,00	22,00	88,00	пр
	Пирожок с повидлом "Крымхлеб" 1 шт	80	4,00	4,00	5,50	74,00	пр
...олдник		**280**	**4,00**	**4,00**	**27,50**	**162,00**	
...день		**1715**				**1720,27**	
...риём пищи	Наименование блюда	Вес блюда гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергет. ценность	№ рец-ры
	Блинчики с фрук. начинкой	120	4,98	9,6	30,1	246,85	пр
	Сгущенное молоко	40	2,8	3,4	22,4	132,0	пр
	Молочная каша геркулесовая	170	10,84	4,86	39,91	239,06	182
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,46	376
...автрак		**530**	**18,69**	**17,88**	**107,41**	**678,37**	
	Овощи натуральные (по сезону)	60	0,48	0,06	1,02	7,80	70
	Борщ из капусты с картофелем	200	2,00	7,00	9,40	108,60	82
	Печень говяжья туш. в соусе сметанном	90	12,60	8,80	3,80	144,80	261
	Каша вязкая рисовая	150	2,60	4,20	26,60	154,60	303
	Яйцо отварное	50	6,30	5,80	0,40	79,00	209
	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,40	376
	Хлеб ржаной	30	3,20	1,20	15,90	87,20	пр
	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	55	6,69	9,17	16,04	158,98	3
...обед		**835**	**33,97**	**36,23**	**88,16**	**801,38**	
...ГПД	Сок фруктовый "Смешарики" 1 шт	200	0,00	0,00	21,20	84,80	пр
	Пирожок с капустой "Крымхлеб" 1 шт	80	3,30	4,10	37,50	200,10	пр
...полдник		**280**	**3,30**	**4,10**	**58,70**	**284,90**	
...день		**1645**				**1764,65**	

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергет. ценность	№ рец-ры
2	Овощи натуральные (по сезону)	60	0,66	0,06	0,96	9,6	70
	Котлета мясная	90	11,09	28,70	11,71	351,80	268
к	Каша вязкая пшённая	150	4,00	4,24	24,56	152,40	303
	Хлеб пшеничный в/с	30	2,28	0,24	14,76	70,50	пр
	Кофейный напиток	200	3,17	2,68	15,95	100,60	379
а завтрак		530	21,20	35,92	67,94	684,90	
	Салат из квашеной капусты	50	0,80	2,55	1,63	33,84	47
	Суп картофельный с макаронными изд.	200	2,20	2,80	14,00	90,00	103
	Тефтели в соусе сметанно-томат. соусе	90	5,58	13,05	9,36	177,30	279
	Пюре картофельное	150	3,19	4,78	20,44	137,53	312
	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,40	376
	Хлеб пшеничный в/с	30	2,40	0,30	14,70	71,10	пр
	Хлеб ржаной	30	3,20	1,20	15,90	87,20	пр
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	44,40	338
	Сок фруктовый 1 шт	200	0,00	0,00	22,00	88,00	389
	Вафли "Золотце ты моё" 1 шт	20	2,00	5,70	18,80	134,50	пр
обед		1070	19,87	30,78	141,62	924,27	
к ГПД	Пирожок с яблоком "Крымхлеб" 1 шт	80	5,20	9,60	36,00	251,20	пр
	Сок восстановленный 1 шт	200	0,00	0,00	22,00	88,00	пр
полдник		280	5,20	9,60	58,00	339,20	
день		1880				1948,37	
Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергет. ценность	№ рец-ры
2							
	Салат из свеклы отварной	60	0,84	3,60	4,95	55,68	52
	Печень говяжья в сметанном соусе	90	11,93	8,98	3,17	166,50	255
	Картофель отварной	150	3,03	5,94	22,99	157,54	310
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20	пр
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00	376
завтрак		550	19,67	18,94	70,71	556,92	
	Овощи натуральные (по сезону)	50	0,40	0,05	0,85	6,50	70
	Суп с бобовыми (гороховый)	250	6,00	5,00	17,00	137,00	102
	Котлеты из мяса птицы	90	14,30	13,70	13,30	233,70	294
	Каша вязкая гречневая	180	5,60	5,90	24,70	174,30	303
	Хлеб пшеничный в/с	30	2,40	0,30	14,70	71,10	пр
	Хлеб ржаной	30	3,20	1,20	15,90	87,20	пр
	Компот из сухофруктов	200	0,60	0,10	16,00	67,30	377
	Фрукты свежие (яблоко) 1 шт	100	0,40	0,40	9,80	44,40	338
	Кондитерские изделия	30	2,25	2,94	22,32	124,20	пр
	Сок фруктовый	200	0,00	0,00	22,00	88,00	389
обед		1160	35,15	29,59	156,57	1033,70	
к ГПД	Сок фруктовый "Смешарики" 1 шт	200	0,00	0,00	21,20	84,80	пр
	Пирожок с капустой "Крымхлеб" 1 шт	80	3,30	4,10	37,60	200,50	пр
полдник		280	3,30	4,10	58,80	285,30	
день		1990				1875,92	

ищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергет. ценность	№ рец-ры
2	Каша молочная гречневая	250	11,30	7,20	56,30	335,20	183
	Бутерброд с сливоч. маслом и сыром 60/10/20	90	11,30	14,10	26,70	279,00	3
	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	20,76	88,28	389
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	44,40	338
завтрак		**640**	**23,68**	**21,98**	**113,56**	**746,88**	
	Овощи натуральные (по сезону)	50	0,55	0,05	0,80	8,00	70
	Рассольник "Ленинградский"	200	1,60	4,00	9,60	80,80	96
	Котлета рыбная в сметанном соусе	100	8,70	7,30	12,50	150,50	234
	Макароны отварные с маслом	150	5,60	4,50	26,40	168,50	309
	Сок фруктовый	200	0,00	0,00	22,00	88,00	389
	Хлеб ржаной	30	3,10	1,20	15,90	86,80	пр
	Фрукты свежие (яблоко) 1 шт	100	0,40	0,40	9,80	44,40	338
	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	55	6,69	9,17	16,04	158,98	3
обед		**885**	**26,64**	**26,62**	**113,04**	**785,98**	
к ГПД	Пирожок с картошкой "Крымхлеб" 1 шт	80	5,20	9,60	36,80	254,40	пр
	Сок восстановленный 1 шт	200	0,00	0,00	22,00	88,00	пр
полдник		**280**	**5,20**	**9,60**	**58,80**	**342,40**	
день		**1805**				**1875,26**	
Приём ищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергет. ценность	№ рец-ры
2							
	Запеканка из творога со сметаной	170	26,30	19,90	50,40	486,00	223
	Сок фруктовый 1 шт	200	1,00	0,00	20,20	84,80	389
	Кефир	200	5,80	5,00	8,00	100,20	386/пр
завтрак		**570**	**33,10**	**24,90**	**78,60**	**671,00**	
	Салат из свеклы	60	0,84	3,60	4,95	55,68	52
	Суп картофельный с гречкой	200	1,60	2,20	9,60	64,60	101
	Пюре картофельное	150	3,20	4,80	20,40	137,60	312
	Биточки мясные (свиные)	90	7,30	16,40	9,30	214,00	268
	Напиток из плодов шиповника	200	0,60	0,20	20,80	87,40	388
	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,70	71,10	пр
	Хлеб ржаной	30	3,10	1,20	15,90	86,80	пр
	Сок фруктовый 1 шт	200	0,00	0,00	22,00	88,00	389
	Фрукты свежие (яблоко) 1 шт	100	0,40	0,40	9,80	44,40	338
обед		**1060**	**19,44**	**29,10**	**127,45**	**849,58**	
к ГПД	Сок фруктовый "Смешарики" 1 шт	200	0,00	0,00	21,20	84,80	пр
	Пирожок с повидлом "Крымхлеб" 1 шт	80	4,00	4,00	5,50	74,00	пр
полдник		**280**	**4,00**	**4,00**	**26,70**	**158,80**	
день		**1910**				**1679,38**	