

РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
СВЕРДЛОВСКАЯ ОБЛАСТЬ
Муниципальное образование
«Муниципальный округ Краснотурьинск»
Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №24»

ПРИКАЗ

02.09.2025

№ 248-Д

Об организации питания на 2025-2026 учебный год

В соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 27.10.2020 № 32 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил и норм СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения"», постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи"», приказа по МО «Управление образования муниципального округа Краснотурьинск» от 27.06.2025 № 214-Д «Об организации питания обучающихся в муниципальных общеобразовательных учреждениях, подведомственных муниципальному органу «Управление образования муниципального округа Краснотурьинск»», Положением об организации питания учащихся МАОУ «СОШ № 24», протоколом Совета родителей от 15.11.2024 № 1, в целях сохранения и укрепления здоровья обучающихся

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Организовать в 2025/2026 учебном году для обучающихся 1–11-х классов в дни работы МАОУ «СОШ № 24» основное горячее питание по следующему графику (Приложение 1).
2. Утвердить стоимость горячего питания на 2025-2026 учебный год согласно приложению (Приложение 2).
3. Утвердить примерное десятидневное меню для организации питания обучающихся 7-11 лет, 12 лет и старше (Приложение 3).
4. Шишкиной В.С., ответственной за питание:
 - сформировать списки обучающихся по категориям для постановки на льготное питание: детей-сирот, детей, оставшихся без попечения

родителей, лиц из числа детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, лиц, потерявшими в период обучения обоих родителей или единственного родителя; детей из семей, имеющих среднедушевой доход ниже величины прожиточного минимума, установленного в Свердловской области, на основании справки о праве на бесплатное питание, выданной Территориальным отраслевым исполнительным органом государственной власти Свердловской области — Управлением социальной политики Министерства социальной политики Свердловской области по городу Краснотурьинску; детей из многодетных семей; детей лиц, принимающих (принимавших) участие в специальной военной операции на территориях Украины, Донецкой Народной Республики, Луганской Народной республики, Запорожской области и Херсонской области; детей граждан Российской Федерации, призванных на военную службу по мобилизации в Вооруженные Силы Российской Федерации в соответствии с Указом Президента Российской Федерации «Об объявлении частичной мобилизации в Российской Федерации»; обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, в том числе детей-инвалидов; обучающихся начальных классов (1-4 классы); обучающимся, если они являются гражданами Российской Федерации, Украины, Донецкой Народной Республики, Луганской Народной Республики, лицами без гражданства, постоянно проживавшими на территориях Украины, Донецкой Народной Республики, Луганской Народной Республики, вынужденно покинувшими территории Украины, Донецкой Народной Республики и Луганской Народной Республики, прибывшими на территорию Российской Федерации в экстренном массовом порядке в срок до 31.07.2025.

- обеспечить прием заявлений от родителей (законных представителей) обучающихся о предоставлении обучающимся по категориям льготного питания.

- закрепить за каждым классом в столовой обеденные столы и довести эти сведения до классных руководителей.

- ежемесячно готовить и предоставлять директору МАОУ «СОШ №24» статистическую информацию о получении горячего питания обучающимися по возрастным категориям на основании табелей учета, предоставляемых классными руководителями.

5. Классным руководителям 1–11-х классов:

- проводить разъяснительные беседы с обучающимися, их родителями (законными представителями) о навыках и культуре здорового питания;

- ежедневно до 12.00 часов предоставлять на пищеблок заявку с количеством обучающихся, которым требуется горячее питание на следующий учебный день;

- вести ежедневный табель учета приемов горячей пищи обучающимися по форме, установленной в ПЦ Аксиома;

- организованно сопровождать обучающихся в столовую;
- следить за соблюдением обучающимися правил личной гигиены;
- осуществлять контроль при приеме пищи обучающимися.

6. Заместителю директора по АХЧ Бондарь Ю.А.:

- организовать контроль за качеством готовой продукции и санитарным состоянием пищеблока;

- осуществлять контроль по вопросам качества питания и использования бюджетных средств, направляемых из областного бюджета на организацию питания.

7. Контроль за исполнением настоящего приказа оставляю за собой.

Директор МАОУ «СОШ № 24»



М.В. Зайдулина

Приложение 1

к приказу от 02.09.2025 № 248-Д

График приема пищи для обучающихся

1 перемена	8.40-9.00	20 минут	1А, 1Б, 1В, 2А, 2Б, 2В, 2Г
2 перемена	9.40-10.00	20 минут	3А, 3Б, 3В, 3Г, 3Д, 4А, 4Б, 4В, 4Г
3 перемена	10.40-11.00	20 минут	5А, 5Б, 5В, 5Г, 6А, 6Б, 6В, 6Г
4 перемена	11.40-12.00	20 минут	7А, 7Б, 7В, 7Г, 8А, 8Б, 8В, 8Г, 9А, 9Б 9В, 9Г, 10А, 11А, 11Б
5 перемена	12.40-13.00	20 минут	Обед: ГПД, СВО, ОВЗ, дети-инвалиды

Приложение 2

к приказу от 02.09.2025 № 248-Д

Категория обучающихся	С 01.09.2025 по 31.12.2025	С 01.01.2026 по 31.05.2026
1-4 классы	106,06	110,30
5-11 классы	139,74	145,33
ОВЗ, дети инвалиды 1-4 классы	271,21	282,06
ОВЗ, дети инвалиды 5-11 классы	347,65	361,56



Директор ООО "Комбинат питания"
И.И. Козырева



Примерное 10-ти дневное меню для обучающихся

Рацион: Красноуральск ШУ 1-4 комплекс 271,21 руб

Неделя: 1

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества				Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Биточек куриный	90	16,74	18		191,7	1 308,02	
	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,32	6	48,62	284,6	998	
	Маффин творожный	60	8,22	9	9,54	148,9	806,44	
	Кофейный напиток с молоком	180	2,7	3	12,06	80,1	1 110	
	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8	897	
Итого за Завтрак		500	39,12	37	80,92	762,1		
Обед	Суп -лапша	200	3,54	4	13,94	80,64	1 039	
	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8	1 052	
	Гуляш из мяса свинины	90	10,06	25	3,25	212,7	437,06	
	Каша перловая с овощами	150	3,31	8	22,96	176,2	911,01	
	Салат из белокочанной капусты с зеленым горошком	60	2,46	6	3,4	78,45	1 022	
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,31		21,92	91,5	928	
	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8	897	
	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8	1 148	
Итого за Обед		725	24,67	46	85,91	759,89		
Итого за день		1 225	64	83	167	1 522		

Рацион: Красноуральск ШУ 1-4 комплекс 271,21 руб

Неделя: 1

День: вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Макаронные изделия запеченные с	200	13,37	13	48,61	342,9	334
	Чай с сахаром	200			16	63,8	1 188
	Батон	20	1	1	8,33	52,2	693
	Фрукты свежие	100	0,4		9,8	47	976,04
Итого за Завтрак		520	14,77	14	82,74	505,9	
Обед	Рассольник ленинградский со сметаной	200	2,16	5	14,24	111,3	1 030
	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8	1 052
	Котлета Московская	90	12	10	10,35	162	1 027,60
	Соус томатный	20	0,12	1	1,16	11,1	1 126
	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,32	6	48,62	284,6	998
	Компот из свежих яблок	200	0,11		23,88	99,1	912
	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8	897
	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8	1 148
Итого за Обед		705	28,7	25	118,69	788,5	
Итого за день		1225	43,47	39	201,43	1294,4	

Рацион: Краснотурьинск ШУ 1-4 комплекс 271,21 руб Неделя: 1

День: среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Котлета Московская	90	12	10	10,35	162	1027,6
	Соус томатный	30	0,18	1	1,73	16,7	1126
	Рис припущенный	150	3,6	6	37,05	220,4	512
	Икра овощная морковная	30	0,28	2	4,33	23,9	814
	Чай с сахаром	180			14,4	57,5	1 188
	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8	897
Итого за Завтрак		500	18,2	20	78,56	537,3	
Обед	Щи из свежей и морской капусты с картофелем со сметаной	200	1,72	5	8,45	87,5	1 048
	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8	1 052
	Птица запеченная	90	20,68	35	1,1	340,9	1 237
	Пюре картофельное	100	2,17	3	14,69	98	995
	Капуста тушеная	80	2,11	3	9,98	74,4	999
	Компот из ягод	200	0,15		17,06	70,4	917,02
	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	64,8	1 148
Итого за Обед		700	24,12	25	70,85	606,8	
Итого за день		1 200	44,17	46	148,81	1204,3	

Рацион: Краснотурьинск ШУ 1-4 комплекс 271,21 руб Неделя: 1

День: четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Омлет запеченный или паровой	150	15,12	17	4,89	228,9	891
	Чай с лимоном	200	0,06		15,16	59,9	686
	Бутерброд с сыром	50	6,98	6	17,14	147,8	810
	Фрукт (яблоко)	100	0,4		9,8	47	976,03
	Итого за Завтрак	500	22,56	23	46,99	483,6	
Обед	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	200	1,52	5	10,94	99,5	1 021
	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8	1 052
	Котлета рыбная	90	16,99	13	11,05	227,4	1 028
	Картофель отварной	150	0,45	1	3,64	224,7	518
	Салат из белокочанной капусты с маслом растительным	60	1,02	4,5	5,64	63,9	1 029
	Напиток из плодов шиповника	200	0,68		27,62	128,6	705
	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8	897
	Итого за Обед	725	23,95	25,5	69,63	812,7	
Итого за день		1 225	46,17	47	114,74	1275	

Рацион: Краснотурьинск ШУ 1-4 комплекс 271,21 руб Неделя: 1

День: пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Фрикасе из мяса птицы со сметанным	90	15,6	5	3,23	119	1 296
	Каша перловая с овощами	150	3,31	8	22,96	176,2	911,01
	Чай с сахаром	200			16	63,8	1 188
	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	13,38	71	897
	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	64,8	1 148
	Огурцы соленные	40	0,32		0,68	5,2	1 006
Итого за Завтрак		530	24,04	15	68,38	500	
Обед	Суп-пюре из гороха	200	6,17	2	18,06	113,3	1 049
	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40	943
	Запеканка картофельная с мясом	240	19,06	26,66	52,93	483	1 100
	Соус сметанный с томатом	30	0,42	2	2,02	23,7	600,01
	Салат из отварной свеклы с яблоком	60	0,49	4	5,16	59,1	14 612,26
	Морс ягодный	200	0,24		27,7	114,3	1 242
	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8	1 148
Итого за Обед		760	29,38	35,66	123,38	885,2	
Итого за день		1 210	48,66	44	178,53	1265,1	

Рацион: Краснотурьинск ШУ 1-4 комплекс 271,21 руб Неделя: 2

День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	220	6,31	7	29,76	209	1 111
	Оладьи	55	4,67	7	21,85	195,8	1 437,01
	Молоко сгущенное	25	1,98	2	11,93	80,3	902
	Чай с лимоном	200	0,09		15,16	79,8	483
Итого за Завтрак		500	13,05	16	78,7	564,9	
Обед	Суп -лапша	200	3,54	4	13,94	80,64	1 039
	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8	1 052
	Мясо "Пикантное"	90	14,69	12	8,5	199,9	1 027,13
	Макаронные изделия отварные с маслом	150	6,34	4	37,87	218,5	516
	Салат из белокочанной капусты с морковью с маслом растительным	60	0,7	2	3,96	37,4	818
	Компот из свежих яблок	180	0,1		21,49	89,2	912
	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8	1 148
Итого за Обед		705	28,22	24	95,5	689,24	
Итого за день		1 205	41	40	174	1 254	

Рацион: Краснотурьинск ШУ 1-4 комплекс 271,21 руб Неделя: 2

День: вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Пудинг творожно-манный	150	22,47	14	24,02	316,7	1 073
	Молоко сгущенное	30	2,37	3	14,32	96,3	902
	Чай с лимоном	200	0,09		15,16	79,8	483
	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8	897
	Фрукт (яблоко)	100	0,4		9,8	47	976,03
Итого за Завтрак		500	27,47	18	74	596,6	
Обед	Рассольник ленинградский со сметаной	200	2,16	5	14,24	111,3	1 030
	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8	1 052
	Бигус с мясным фаршем	260	21,93	22	12,33	329,3	1 739
	Компот из кураги	200	0,16		4,52	20,2	932
	Хлеб пшеничный	25	3,21	1	16,05	85,2	897
	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	64,8	1 148
Итого за Обед		715	30,74	30	59,31	622,6	
Итого за день		1215	58,21	48	133,31	1219,2	

Рацион: Краснотурьинск ШУ 1-4 комплекс 271,21 руб Неделя: 2

День: среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Салат из моркови с сахаром	30	0,69	1	5,6	30,7	1 163
	Печень по-строгановски	75	9,45	8	1,95	105	1 076
	Макаронные изделия отварные с	150	6,34	4	37,87	180	516
	Чай с сахаром	180			9,87	53,9	828
	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8	897
	Маффин ванильный	60	6,21	4	24	159,5	450,05
Итого за Завтрак		515	24,83	18	89,99	585,9	
Обед	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200	1,72	2	13,16	79,1	89
	Плов с мясом птицы	260	15,09	14	46,48	371,4	1 020
	Кисель из ягод	200	0,23		28,89	118,1	916
	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8	897
	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8	1 148
Итого за Обед		700	20,88	18	108,93	677,2	
Итого за день		1 215	43,73	39	208,72	1377,4	

Рацион: Краснотурьинск ШУ 1-4 комплекс 271,21 руб Неделя: 2


День: четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Котлета Деревенская	90	14,69	12	8,5	199,9	1 027,13
	Соус томатный	20	0,12	1	1,16	11,1	1 126
	Рис припущенный	150	3,6	6	37,05	220,4	512
	Хлеб пшеничный	20	3,21	1	16,05	85,2	897
	Икра овощная свекольная	40	0,41	2	2,77	33,3	520
	Чай с лимоном	200	0,06		15,16	59,9	686
	Итого за Завтрак	520	22,09	22	80,69	609,8	
Обед	Борщ с капустой и картофелем	200	1,32	4	10,03	82,9	1 021,13
	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8	1 052
	Фрикасе из мяса птицы со сметанным	90	15,6	5	3,23	119	1 296
	Пюре гороховое	155	16,08	6	40,33	273	857
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,35		24,36	101,7	928
	Хлеб пшеничный	25	3,21	1	16,05	85,2	897
	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	64,8	1 148
	Итого за Обед	700	39,84	18	106,17	738,4	
Итого за день		1 220	62	40	187	1 348	

Рацион: Краснотурьинск ШУ 1-4 комплекс 271,21 руб Неделя: 2

День: пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Суфле Рыбка (минтай)	50	5,09	5	4,93	110,1	1 197
	Пюре картофельное	150	3,26	5	22,03	147	995
	Чай с сахаром	200			10,97	59,9	828
	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8	897
	Фрукты свежие	100	0,4		9,8	47	976,04
	Итого за Завтрак	520	10,89	11	58,43	420,8	
Обед	Суп картофельный с бобовыми	200	4,7	4	17,18	133,3	139
	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40	943
	Гуляш из мяса свинины	90	8,42	6	8,89	118,8	437,01
	Каша гречневая рассыпчатая	180	11,19	7	58,35	341,5	998
	Напиток из плодов шиповника	200	0,68		27,62	128,6	705
	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	64,8	1 148
	Итого за Обед	705	28,42	18	131,98	827	
Итого за день		1 225	41,6	32	198,74	1 330,6	
Итого за период		12 070	508	485	1965,43	13450,3	
Среднее значение за период		1 207	50,8	48,5	196,5	1345	

Составил  Субботина Елена Н.Утвердил  М.В. Зайдукина



Примерное 10-ти дневное меню для обучающихся 12 лет и старше

Рацион: Краснотурынский ШУ 5-11 комплекс 3 Неделя: 1

День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества				№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	
Завтрак	Булочки суримый	90	16,74	18	191,7	1 308,02	
	Каша гречневая рассыпчатая	180	11,19	7	58,35	341,5	998
	Маффин творожный	60	8,22	9	9,54	148,9	806,44
	Хлеб пшеничный	20	2	1	16,66	104,3	693
	Кофейный напиток с молоком	200	3	3	13,4	89	1 110
Итого за Завтрак		550	35,01	33	88,56	759	
Обед	Салат из белокочанной капусты с зеленым горошком	100	2,12	10	8,72	130,8	1 022
	Суп - лапша	250	4,42	5	17,43	100,8	1 039
	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8	1 052
	Гуляш из мяса свинины	100	11,17	28	3,61	236,3	437,06
	Каша перловая с овощами	180	3,97	9	27,55	211,5	911,01
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,31		21,92	91,5	928
	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8	897
	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8	1 148
Итого за Обед		855	26,98	55	99,67	891,3	
Итого за день		1 405	62	88	188	1 650	

Рацион: Краснотурынский ШУ 5-11 комплекс 3 Неделя: 1

День: вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Макаронные изделия запеченные с сыром	250	16,71	16	60,77	428,6	334
	Чай с сахаром	200			16	63,8	1 188
	Фрукты: свежие	100	0,4		9,8	47	976,04
	Батон	20	1	1	8,33	52,2	693
Итого за Завтрак		560	25,23	24	340,81	718,5	
Обед	Рассольник ленинградский со сметаной	250	2,7	6	17,8	139,2	1 030
	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8	1 052
	Тефтели мясные с луком	100	13,61	10	9,46	215,2	907
	Соус сметанный с томатом	30	0,42	2	2,02	23,7	600,01
	Каша гречневая рассыпчатая	180	11,19	7	58,35	341,5	998
	Компот из свежих яблок	200	0,11		23,88	99,1	912
	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8	897
	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	64,8	1 148
Итого за Обед		810	33,45	28	134,38	952,1	
Итого за день		1 360	56,83	51	475,79	1610,4	

Рацион: Краснотурьинск ШУ 5-11 комплекс 3, Неделя: 1

День: среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Котлета Московская	90	12	10	10,35	162	1 027,60
	Соус томатный	20	0,18	1	1,73	16,7	1 126
	Рис припущенный	180	4,32	7	44,46	264,5	512
	Икра овощная морковная	40	0,28	2	4,33	23,9	814
	Чай с сахаром	200			16	63,8	1 188
	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8	897
Итого за Завтрак		550	18,92	21	87,57	587,7	
Обед	Щи из свежей и морской капусты с картофелем со сметаной	250	2,15	6	10,56	109,4	1 048
	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8	1 052
	Птица запеченная	100	20,68	35	1,1	340,9	1 237
	Пюре картофельное	100	2,17	3	14,69	98	995
	Капуста тушеная	100	2,63	4	12,47	93	999
	Хлеб пшеничный	25	3,21	1	24,99	85,2	897
	Компот из ягод	200	0,15		17,06	70,4	917,02
	Хлеб ржаной	20	2,13	1	12,13	64,8	1 148
	Итого за Обед	800	34,27	51	93,04	873,5	
Итого за день		1 350	53	72	181	1 461	

Рацион: Краснотурьинск ШУ 5-11 комплекс 3, Неделя: 1

День: четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Омлет запеченный или паровой	200	20,16	23	6,52	305,3	891
	Чай с лимоном	200	0,06		15,16	59,9	686
	Бутерброд с сыром	50	6,98	6	17,14	147,8	810
	Фрукт (яблоко)	100	0,4		9,8	47	976,03
Итого за Завтрак		550	27,6	29	48,62	560	
Обед	Салат из белокочанной капусты с маслом растительным	100	1,7	6	9,4	106,6	1 029
	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	250	1,91	7	13,68	124,4	1 021
	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8	1 052
	Котлета рыбная	100	18,88	14	12,28	252,6	1 028
	Картофель отварной	180	0,54	1	4,37	269,7	518
	Напиток из плодов шиповника	200	0,68		27,62	128,6	705
	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	13,38	71	897
	Итого за Обед	860	27,54	30	80,77	964,7	
Итого за день		1 410	55	59	129	1 525	

Рацион: Краснотурьинск ШУ 5-11 комплекс 3 Неделя: 1

День: пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом	90	17,33	5	3,59	132,2	1 296
	Каша перловая с овощами	170	3,97	9	27,55	211,5	911,01
	Чай с сахаром	200			16	63,8	1 188
	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	13,38	71	897
	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	64,8	1 148
	Огурцы соленые	40	0,32		0,68	5,2	1 006
Итого за Завтрак		550	26,43	16	73,33	548,5	
Обед	Салат из отварной свеклы с яблоком	100	1,22	10	12,9	147,9	14 612,26
	Суп-пюре из гороха	250	7,71	3	22,58	141,6	1 049
	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40	943
	Запеканка картофельная с мясом	280	22,24	31,65	61,75	564,5	1 100
	Соус сметанный с томатом	30	0,42	2	2,02	23,7	600,01
	Морс ягодный	180	0,22		24,93	102,9	1 242
	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	64,8	1 148
Итого за Обед		875	35,24	47,65	144,12	1085,4	
Итого за день		1 425	62	64	217	1 634	

Рацион: Краснотурьинск ШУ 5-11 комплекс 3 Неделя: 2

День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	250	7,17	8	33,82	237,6	1 111
	Чай с лимоном	200	0,09		15,16	79,8	483
	Оладьи	55	2,1	3	4,88	56,5	1 330,24
	Молоко сгущенное	25	1,98	2	11,93	80,3	902
	Итого за Завтрак	550	17,48	18	75,18	570,6	
Обед	Салат из белокочанной капусты с морковью с маслом растительным	100	1,76	6	9,92	93,6	818
	Суп - лапша	250	4,42	5	17,43	100,8	1 039
	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8	1 052
	Мясо "Пикантное"	100	14,69	12	8,5	199,9	
	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,61	5	45,44	262,1	516
	Компот из свежих яблок	200	0,1		21,49	89,2	912
	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	64,8	1 148
Итого за Обед		760	30,1	24	105,03	728,6	
Итого за день		1 310	48	42	180	1 299	

Рацион: Краснотурьинск ШУ 5-11 комплекс 3 Неделя: 2

День: вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Пудинг творожно-манный	180	26,96	17	28,82	380	1 073
	Молоко сгущенное	30	2,37	3	14,32	96,3	902
	Чай с лимоном	200	0,09		15,16	79,8	483
	Хлеб пшеничный	15	1,61	1	8,03	42,6	897
	Фрукт (яблоко)	100	0,4		9,8	47	976,03
Итого за Завтрак		555	19,78	17	73,2	549,9	
Обед	Рассольник ленинградский со сметаной	250	2,7	6	17,8	139,2	1 030
	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8	1 052
	Бигус с фаршем	300	16,74	18		191,7	1 308,02
	Компот из кураги	200	0,16		4,52	20,2	932
	Хлеб пшеничный	20	3,21	1	16,05	85,2	897
	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	64,8	1 148
Итого за Обед		800	26,09	27	50,54	512,9	
Итого за день		1 355	46	44	124	1 063	

Рацион: Краснотурьинск ШУ 5-11 комплекс 3 Неделя: 2

День: среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Салат из моркови с сахаром	50	1,1	1	8,96	49,1	1 163
	Печень по-строгановски	90	11,34	12	2,34	162	1 076
	Макаронные изделия отварные с маслом	150	6,34	4	37,87	218,5	516
	Хлеб пшеничный	15	1,61	1	8,03	42,6	897
	Чай с сахаром	200			10,97	59,9	828
	Маффин ванильный	60	6,21	6	44,16	259,5	450,05
Итого за Завтрак		565	26,6	24	112,33	791,6	
Обед	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250	2,15	3	16,45	98,9	89
	Плов с мясом птицы	300	18,87	17,14	58,1	464,25	1 020
	Кисель из ягод	200	0,23		28,89	118,1	916
	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	13,38	71	897
	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	64,8	1 148
Итого за Обед		800	26,06	22,14	128,95	817,05	
Итого за день		1 365	53	46	241	1 609	

Рацион: Краснотурьинск ШУ 5-11 комплекс 3 Неделя: 2

День: четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Котлета Деревенская	90	14,69	12	8,5	199,9	1 027,13
	Соус томатный	20	0,12	1	1,16	11,1	1 126
	Рис припущенный	180	4,8	8	49,4	293,8	512
	Хлеб пшеничный	20	3,21	1	16,05	85,2	897
	Икра овощная свекольная	40	0,41	2	2,77	33,3	520
	Чай с лимоном	200	0,06		15,16	59,9	686
Итого за Завтрак		550	23,29	24	93,04	683,2	
Обед	Борщ с капустой и картофелем	250	1,65	5	12,54	103,6	1 021,13
	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8	1 052
	Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом	100	16,45	5	2,98	123,1	1 296,01
	Пюре гороховое	200	21,44	8	53,78	364	857
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,35		24,36	101,7	928
	Хлеб пшеничный	20	1,61	1	8,03	42,6	897
	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	64,8	1 148
	Итого за Обед	800	44,78	21	113,86	811,6	
Итого за день		1350	68,07	45	206,9	1494,8	

Рацион: Краснотурьинск ШУ 5-11 комплекс 3 Неделя: 2

День: пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Суфле Рыбка (минтай)	90	9,16	9	8,87	198,3	1 197
	Пюре картофельное	150	3,26	5	22,03	147	995
	Хлеб пшеничный	25	3,21	1	16,05	85,2	897
	Фрукты свежие	100	0,4		9,8	47	976,04
	Чай с сахаром	200			10,97	59,9	828
Итого за Завтрак		565	16,03	15	67,72	537,4	
Обед	Суп картофельный с бобовыми	250	5,88	6	21,48	166,6	139
	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40	943
	Гуляш из мяса свинины	100	11,17	28	3,61	236,3	437,06
	Каша гречневая рассыпчатая	200	12,43	8	64,83	379,5	998
	Напиток из плодов шиповника	200	0,68		27,62	128,6	705
	Хлеб пшеничный	20	1,61	1	8,03	42,6	897
	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	64,8	1 148
	Итого за Обед	805	35,2	44	145,51	1058,4	
Итого за день		1 345	51,91	61	213,53	1636	
Итого за период		13 565	579,95	580	2216,45	15345,7	
Среднее значение за период		1 356,50	58	58	221,6	1534,6	

Составил Е.Н. Субботина Субботина Е.Н.

Утвердил

М.В. Байдукина