



МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ  
«МУНИЦИПАЛЬНЫЙ ОКРУГ КРАСНОТУРЬИНСК»  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ШКОЛА №24»

624441, Свердловская область, г. Краснотурьинск,  
ул. Попова, 76, тел. 8(34384)3-11-18  
E-mail: school\_24@mail.ru  
ОКПО 44664712, ОГРН 1026601184642  
ИНН/КПП 6617006050/661701001

15.12.2025 г. № 283

На \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_

Территориальный отдел  
Управления Роспотребнадзора по  
Свердловской области в городе  
Североуральск, городе Ивдель, городе  
Краснотурьинск и городе Карпинск  
И.Б. Воротову

624448, Свердловская область,  
г. Краснотурьинск, ул. Коммунальная, д.  
6А.  
Эл.почта: [Mail\\_12@66.rosпотребнадзор.ru](mailto:Mail_12@66.rosпотребнадзор.ru)

Об исполнении предписания

**Уважаемый Иван Брониславович!**

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа № 24» во исполнение предписания об устранении выявленных нарушений обязательных требований от 21.11.2025 № 01-12-12/976 сообщает.

1. Согласно СанПиН, продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки для обучающихся 1-х классов зависит от количества уроков физической культуры в расписании. При включении в расписание 3 уроков физической культуры в неделю — не более 4 уроков в день, но один раз в неделю допускается 5 уроков.

В расписании 1А и 1В классов 5 уроков проводится в среду (один из уроков - урок физической культуры), в 1б классе – во вторник (расписание уроков 1-х классов прилагается).

2. Питание детей осуществляется в соответствии с требованиями, содержащимися в приложении № 7 (таблица 2) и приложении № 9 (таблица 1) СанПиН 2.3/2.4.3590-20. Поставщиком питания ООО «Комбинат общественного питания» разработано с 17.11.2025 новое десятидневное меню для детей 7-11 лет и детей 12 лет и старше (прилагается).

3. Для предупреждения переутомления в течение недели обучающиеся имеют облегченный учебный день - четверг.

4. Работники МАОУ «СОШ №24» ежегодно проходят обязательный медицинский осмотр, отказывающихся от прохождения медицинских осмотров, а также сотрудников с медицинскими противопоказаниями нет, п. 61 СанПиН 3.3686-21 "Санитарно- эпидемиологические требования по профилактике инфекционных болезней" не нарушен, отметки в медицинских книжках проставлены:

А.Е.Г.- флюорография пройдена в мае 2025, отметка в медицинской книжке проставлена (копия медкнижки с отметкой прилагается);

А.Н.И.- исследование дерматовенерологом пройдено в 2024 году (копия медкнижки с отметкой и выписка ГАУЗ СО «Краснотурьинская ГБ» бактериологическая лаборатория прилагается);

Г.П.И.- флюорография пройдена в мае 2025, отметка в медицинской книжке проставлена (копия медкнижки с отметкой прилагается);

Д.С.С.- флюорография пройдена в декабре 2025, отметка в медицинской книжке проставлена (копия медкнижки с отметкой прилагается);

Ж.А.В.-флюорография пройдена в мае 2025, отметка в медицинской книжке проставлена (копия медкнижки с отметкой прилагается);

З.М.В.- флюорография пройдена в декабре 2025, отметка в медицинской книжке проставлена (копия медкнижки с отметкой прилагается).

Приложение: на 13 листах

**Директор**



**М.В.Зайдулина**

Расписание уроков для обучающихся 1-х классов на 2025-2026 учебный год

1 А класс

понеделник	вторник	среда	четверг	пятница
Русский язык 7	Русский язык 7	Русский язык 7	Окружающий мир 7	Русский язык 7
Математика 8	Математика 8	Математика 8	Русский язык 8	Математика 8
Динамическая пауза/изо 3	Динамическая пауза/физкультура 1	Динамическая пауза/физкультура 1	Динамическая пауза/физкультура 1	Динамическая пауза/музыка 3
Литературное чтение 5	Окружающий мир 6	Литературное чтение 5	Литературное чтение 5	Литературное чтение 5
		Труд 2		
<b>Итого</b> 23	<b>Итого</b> 22	<b>Итого</b> 23	<b>Итого</b> 19	<b>Итого</b> 23

1 Б класс

понеделник	вторник	среда	четверг	пятница
Русский язык 7	Русский язык 7	Русский язык 7	Окружающий мир 7	Русский язык 7
Математика 8	Математика 8	Математика 8	Русский язык 8	Математика 8
Динамическая пауза/изо 3	Динамическая пауза/физкультура 1	Динамическая пауза/физкультура 1	Динамическая пауза/физкультура 1	Динамическая пауза/музыка 3
Литературное чтение 5	Литературное чтение 5	Окружающий мир 6	Литературное чтение 5	Литературное чтение 5
	Труд 2			
<b>Итого</b> 23	<b>Итого</b> 23	<b>Итого</b> 22	<b>Итого</b> 19	<b>Итого</b> 23

1В класс

понеделник	вторник	среда	четверг	пятница
Русский язык 7	Русский язык 7	Русский язык 7	Окружающий мир 7	Русский язык 7
Математика 8	Математика 8	Математика 8	Русский язык 8	Математика 8
Динамическая пауза/физкультура 1	Динамическая пауза/изо 3	Динамическая пауза/физкультура 1	Динамическая пауза/физкультура 1	Динамическая пауза/музыка 3
Окружающий мир 6	Литературное чтение 5	Литературное чтение 5	Литературное чтение 5	Литературное чтение 5
		Труд 2		
<b>Итого</b> 22	<b>Итого</b> 23	<b>Итого</b> 23	<b>Итого</b> 19	<b>Итого</b> 23

Директор МАОУ "СОШ №24" 



Директор ООО "Комбинат питания" \_\_\_\_\_



**Примерное 10-ти дневное меню для обучающихся**

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

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Завтрак</b>							
	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
<b>Итого за Завтрак</b>		500	39,12	37	80,92	762,1	
<b>Обед</b>							
	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
<b>Итого за Обед</b>		725	24,67	46	85,91	759,89	
<b>Итого за день</b>		1 225	64	83	167	1 522	

Рацион: Краснотурьинск 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		
<b>Завтрак</b>							
	Макаронные изделия залеченные 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
<b>Итого за Завтрак</b>		520	14,77	14	82,74	505,9	
<b>Обед</b>							
	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
<b>Итого за Обед</b>		705	28,7	25	118,69	788,5	
<b>Итого за день</b>		1225	43,47	39	201,43	1294,4	

**КОПИЯ ВЕРНА**

Директор МАОУ «СОШ №24» \_\_\_\_\_



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	14,89	98	995
	Капуста тушеная	80	2,11	3	9,98	74,4	999
	Комлот 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 белокачанной 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		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		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	

КОПИЯ ВЕРНА

Директор МАОУ «СОШ №24»



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 пропаренный	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
<b>Итого за Завтрак</b>		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 отаарное (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
<b>Итого за Обед</b>		700	39,84	18	106,17	738,4	
<b>Итого за день</b>		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	15,09	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
	<b>Итого за Завтрак</b>		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
	<b>Итого за Обед</b>		705	28,42	18	131,98	827
<b>Итого за день</b>		1 225	41,6	32	198,74	1330,6	
<b>Итого за период</b>		12 070	508	485	1965,43	13450,3	
<b>Среднее значение за период</b>		1 207	50,8	48,5	198,5	1345	

Составил: Е.Н. Субботина Субботина Елена Н.

Утвердил: М.В. Вайдушина

КОПИЯ ВЕРНА  
Директор МАОУ «СОШ №24»





## Примерное 10-ти дневное меню для обучающихся 7 лет и старше

Рацион: Красноурьинск ШУ 5-11 комплекс 3 Неделя: 1 День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Булочка ржаний	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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>550</b>	<b>35,01</b>	<b>33</b>	<b>88,56</b>	<b>759</b>	
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
<b>Итого за Обед</b>		<b>855</b>	<b>26,98</b>	<b>55</b>	<b>99,67</b>	<b>891,3</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1 405</b>	<b>62</b>	<b>88</b>	<b>188</b>	<b>1 650</b>	

Рацион: Красноурьинск 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	147	976,04
	Батон	20	1	1	8,33	52,2	693
	<b>Итого за Завтрак</b>		<b>560</b>	<b>25,23</b>	<b>24</b>	<b>340,81</b>	<b>718,5</b>
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
	Тфтели 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		23,68	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
<b>Итого за Обед</b>		<b>810</b>	<b>33,45</b>	<b>28</b>	<b>134,38</b>	<b>952,1</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1 360</b>	<b>58,83</b>	<b>51</b>	<b>475,79</b>	<b>1610,4</b>	

КОПИЯ ВЕРНА  
Директор МАОУ «СОШ № 24»

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		850	27,54	30	80,77	964,7
Итого за день		1 410	55	59	129	1 525	

КОПИЯ ВЕРНА

Директор МАОУ «СОШ №24»





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		665	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	

КОПИЯ ВЕРНА

Директор МАОУ «СОЦ №24»



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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>550</b>	<b>23,29</b>	<b>24</b>	<b>93,04</b>	<b>683,2</b>	
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
<b>Итого за Обед</b>		<b>800</b>	<b>44,78</b>	<b>21</b>	<b>113,86</b>	<b>811,6</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1350</b>	<b>68,07</b>	<b>45</b>	<b>206,9</b>	<b>1494,8</b>	

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	3,25	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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>565</b>	<b>16,03</b>	<b>15</b>	<b>67,72</b>	<b>537,4</b>	
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
<b>Итого за Обед</b>		<b>805</b>	<b>35,2</b>	<b>44</b>	<b>145,51</b>	<b>1058,4</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1 345</b>	<b>51,91</b>	<b>61</b>	<b>213,53</b>	<b>1636</b>	
<b>Итого за период</b>		<b>13 565</b>	<b>579,95</b>	<b>580</b>	<b>2216,45</b>	<b>15345,7</b>	
<b>Среднее значение за период</b>		<b>1 356,50</b>	<b>58</b>	<b>58</b>	<b>221,6</b>	<b>1534,6</b>	

Составил Е.И. Субботина Субботина Е.И.Утвердил М.В. БайдукинаКОПИЯ ВЕРНА  
Директор МАОУ «СОШ №24»