

**СОГЛАСОВАНО:**

Директор МБОУ «Краснознаменская школа»

*И.Л. Хабибуллина*  
И.Л. Хабибуллина

« 09 » / 01 / 2025г.



**УТВЕРЖДАЮ:**

Директор ООО «Феникс»

*В.И. Гёмный*  
В.И. Гёмный

« 09 » / 01 / 2025г.



**ОСНОВНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ (ЗАВТРАК)**  
обучающихся 1-4 классов в общеобразовательных организациях

**ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 7-11 лет**  
(зима-весна)

# МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД

Возрастная категория 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1								
День 1								
ЗАВТРАК	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ГРЕЧЕВОЙ	200	2.97	3.58	6.15	71.2	121	2011
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	150	11.34	14.48	30.65	264.0	204	2011
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3.67	3.19	15.82	106.74	382	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1.52	0.16	9.84	46.8	СРБ	2020
Итого за прием пищи:		550	19.5	21.41	62.46	488.74		
Всего за день:			19.5	21.41	62.46	488.74		

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОЧНЫМ СОУСОМ	120/35	18.3	12.4	23.5	266.2	223	2011
	КЕФИР МДЖ 2,5%	180	5.2	4.5	7.2	90.0	386	2011
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	0.4	0.4	9.8	44.0	338	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3.04	0.32	19.68	93.6	СРБ	2020
	ХЛЕБ РЖАНОЙ СРБ	25	2.0	0.38	10.0	51.5	СРБ	2020
Итого за прием пищи:		500	28.94	18.0	70.18	545.3		
Итого за день:			28.94	18.0	70.18	545.3		

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1 День 3	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЁНЫМ ГОРОШКОМ	60	0.99	2.47	4.38	43.74	53	2011
	КОТЛЕТА ГОВЯЖЬЯ С М/СЛ	90/5	12.84	12.07	13.5	229.0	268	2011
	КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ ДОЛЬКАМИ	150	3.9	13.6	30.2	193.46	147	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0.12	0.0	14.5	21.6	457	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1.9	0.2	12.3	58.5	СРБ	2020
	ХЛЕБ РЖАНОЙ СРБ	20	1.6	0.31	8.0	41.2	СРБ	2020
	<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>550</b>	<b>21.35</b>	<b>28.65</b>	<b>82.88</b>	<b>587.5</b>	
<b>Итого за день:</b>			<b>21.35</b>	<b>28.65</b>	<b>82.88</b>	<b>587.5</b>		

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1 День 4	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ	60	0.66	0.12	2.28	8.8	70/71	2011
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	116	10.78	19.2	10.04	264.0	210	2011
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2.8	2.5	13.6	88.0	379	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.28	0.24	14.76	70.2	СРБ	2020
	ХЛЕБ РЖАНОЙ СРБ	25	2.0	0.37	10.0	51.5	СРБ	2020
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	0.4	0.4	9.8	44.0	338	2011
		531	18.92	22.83	60.48	526.5		
			18.92	22.83	60.48	526.5		
	на прием пищи:							
	за день:							

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1 День 5	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0.84	6.03	4.37	75.0	67	2011
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ С М/С	90/5	10.6	12.97	12.8	210.7	234	2011
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	2.77	4.84	10.79	97.8	321	2011
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0.68	0.28	20.76	88.2	388	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1.9	0.2	12.3	58.5	СРБ	2020
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1.6	0.31	8.0	41.2		
	Итого за прием пищи:		550	18.39	24.63	69.02	69.02	571.4
Всего за день:			18.39	24.63	69.02	69.02	571.4	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2 День 6	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	210	6.0	10.85	42.95	294.0	174	2011
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2.8	2.5	13.6	88.0	379	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1.52	0.16	9.84	46.8	СРБ	2020
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1.6	0.31	8.0	41.2	СРБ	2020
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	0.4	0.4	9.8	44.0	338	2011
Итого за прием пищи:		550	12.32	14.22	84.19	514.0		
Итого за день:			12.32	14.22	84.19	514.0		

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2 День 7	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ	60	0.8	3.6	4.8	56.0	52	2011
	ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ С М/СП	90/5	15.56	32.21	7.41	312.70	267	2011
	ОВОЩНОЕ РАГУ	150	3.77	5.5	37.9	138.7	143	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1.0	0.0	20.4	21.6	389	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1.9	0.2	12.3	58.5	СРБ	2020
Итого за прием пищи:		530	23.03	41.51	82.81	587.5		
Итого за день:			23.03	41.51	82.81	587.5		

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2 День 8	Икра кабачковая промышленного производства	60	1.0	4.5	3.9	58.5	СРБ	2011
	Котлеты рубленные из птицы с м/сл	90/5	15.1	19.7	13.4	191.7	295	2011
	Каша гречневая вязкая с м/сл	150/5	4.74	5.18	21.21	138.7	303	2011
	Компот из сухофруктов	200	0.4	0	30.9	110.6	349	2011
	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	46.8	СРБ	2020
	Хлеб ржаной СРБ	20	1.6	0.31	8.0	41.2	СРБ	2020
Итого за прием пищи:		550	24.36	29.85	87.25	587.5		
Итого за день:		24.36	29.85	87.25	587.5			

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп- туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Неделя 2 День 9	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ (ФИШ ВОЛЫ) С СОУСОМ	100/30	14.0	10.21	9.69	120.5	240	2011
	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С М/СЛ	150/5	3.16	4.96	21.12	141.82	312	2011
	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1.0	0.0	20.4	84.8	377	2011
	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	20	1.5	2.0	14.45	83.4	СР6	2020
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1.9	0.2	12.3	58.5	СР6	2020
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1.6	0.31	8.0	41.2	СР6	2020
	<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>650</b>	<b>23.16</b>	<b>17.68</b>	<b>85.96</b>	<b>530.22</b>	
<b>Итого за день:</b>			<b>23.16</b>	<b>17.68</b>	<b>85.96</b>	<b>530.22</b>		

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп- туры	Сборник рецептур
			Белки, г Жиры, г Углевод ы, г					
			Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Неделя 2 День 10	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАЛЫХ КРУПЫ С МОЛ	200	6.11	10.72	32.38	251.0	181	2011
	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	200	0.11	0.12	25.1	119.2	352	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	26	1.9	0.2	12.3	58.5	СРБ	2020
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	26	2.0	0.37	10.0	51.5	СРБ	2020
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	0.4	0.4	9.8	44.0	410	2011
			660	10.52	11.81	89.58	524.2	
Итого за прием пищи:			10.52	11.81	89.58	524.2		
Итого за день:			10.52	11.81	89.58	524.2		

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Итого за весь период	200.49	230.59	774.81	5462.86
Среднее значение за период	20.0	23.05	77.4	546.2
Процентное соотношение белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности	102.1	105.6	109.3	106.8

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Возраст детей	Завтрак
11 лет ЗАВТРАК	541,1

Овощи натуральные свежие (огурцы)	50гр.	Овощи маринованные (огурцы)
Овощи натуральные свежие (помидоры)	50 гр.	Овощи маринованные (помидоры)
Овощи маринованные (огурцы)	50 гр	Овощи маринованные (помидоры)
Сухофрукты	20-40гр	Фрукты свежие
Молоко цельное	100гр-70гр, 7, 7гр	Молоко стуженное , сухое молоко
Яблоки свежие	100гр-90 гр	Сок яблочный
Яйцо кур	41гр-11,5	Яичный порошок
Мясо говядины	100гр-110гр	Куры 1-2 категории

### При составлении меню была использована литература:

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях/  
Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.:ДеЛи принт, 2011. – 544 с.

ООО «Феникс»

В.И.Тёмный

ОРГАН ИНСПЕКЦИИ  
Уникальный номер записи в РАЛ  
RA.RU.710101  
Юридический адрес: 295034  
г. Симферополь, ул. Набережная, д.67  
тел.: (3652) 549-900, факс: (3652) 549-901  
ИНН 9102034069 ОГРН 1149102060348  
ОКПО 00711250 КПП 910201001  
e-mail: fbuz\_priemn@cge-crimea.ru  
http://www.cge-crimea.ru  
Фактический адрес:



## ЭКСПЕРТНОЕ ЗАКЛЮЧЕНИЕ

о соответствии санитарным правилам и нормативам перспективного меню  
№1.2232/Э.929 от 19.08.2022 г.

- 1. Наименование учреждения:** Общество с ограниченной ответственностью «Феникс». Далее, сокращенно –ООО «Феникс».
- 2. Юридический адрес:** 297210 Республика Крым, район Красногвардейский, поселок городского типа Октябрьское, улица Тельмана, дом 36
- 3. Фактический адрес:** 297210 Республика Крым, район Красногвардейский, поселок городского типа Октябрьское, улица Тельмана, дом 36
- 4. Ф.И.О. руководителя:** Темный В.И.
- 5. ИНН/КПП:** 910510690/910501001
- 6. Основание для проведения экспертизы:** заявление №1.2232 от 07.07.2022 г.
- 7. Дата проведения инспекции:** 07.07.2022 г.-19.08.2022 г.
- 8. Документы, представленные для проведения экспертизы:**
  - пояснительная записка;
  - свидетельство о государственной регистрации юридического лица серия 91 №000487214 от 23.01.2015 г.;
  - примерное двухнедельное меню для обучающихся возрастной категории 7-11 лет (завтрак)
  - технологические карты.
- 9. Перечень нормативной документации, на основании которой проводилась экспертиза:** - СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».
- 10. Характеристика рациона питания:** Представленное меню разработано на 10-дневный период (завтрак). Меню содержит информацию о количественном составе блюд, энергетической и пищевой ценности, включая содержание белков, жиров, углеводов, массы порций блюд (в граммах, мл.), указание номеров рецептов сборника рецептов в соответствии с Приложением 7,8 и табл. 1 Приложения 10 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20. Все блюда и кулинарные изделия, указанные в меню, соответствуют их наименованиям, указанным в технологических картах, что соответствует п. 2.8. СанПиН 2.3/2.4.3590-20. Примерное меню разработано для следующих пищеблоков, работающих на сырье:
  - МБОУ "Амурская школа имени А.К.Чикаренко"
  - МБОУ "Краснознаменская школа"
  - МБОУ "Полтавская школа"
  - МБОУ "Восходненская школа имени В. И. Криворотова"
  - МБОУ "Ровновская школа"

№ экспертного заключения 1.2232/Э.929

Подпись врача ОИ

ФИО Э.Р. Ваджипова

КОПИЯ ВЕРНА

подпись

Федеральное бюджетное учреждение здравоохранения «Центр гигиены и эпидемиологии в Республике Крым и городе федерального значения Севастополе» (ФБУЗ «ЦГиЭ в Республике Крым и городе федерального значения Севастополе»)

- МБОУ «Удаченская школа»
- МБОУ "Колодезянская школа"
- МБОУ "Янтарненская школа имени В.В. Кубракова"
- МБОУ "Марьяновская школа"
- МБОУ "Октябрьская школа №1" Красногвардейского района
- МБОУ "Пятихатская школа"
- МБОУ "Котельниковская школа"

Меню предназначено для реализации готовой продукции общественного питания для детей возрастной категории 7-11 лет и предусматривает однократный прием пищи (завтрак) Для питания детей в соответствии с представленным меню, используются продукты, разрешенные при организации питания детей, что соответствует требованиям Приложения №6 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

**11. Ссылка на рецептуры:** «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников» под редакцией М.П.Могильного и В.А.Тутельяна.- М. Де Ли плюс, 2011.

12. Повторение одних и тех же блюд в последующие 2-3 дня: в представленном меню не отмечается повторение одних и тех же блюд в последующие 2-3 дня

**13. Распределение калорийности по приемам пищи в процентном соотношении (за 10 дней) соответствует** требованиям табл. 3 Приложения №10 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Возраст детей 7-11 лет	завтрак
Нормативное значение при 2-разовом при питании	20-25%
Фактическое значение	24,2

**14. Распределение пищевых веществ и калорийности (за 14 дней): соответствует** требованиям таблицы 1 Приложения 10 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Возраст детей 7-11 лет	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Калорийность (г)
Нормативное значение	15,4-19,2	15,8-19,7	67- 83,7	470-587,5
Фактическое содержание	17,3	18,7	81,8	570

**15. Объемы отдельных блюд для детей:** требованиям Приложения №9 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Возраст детей 7-11 лет	Фактический объем отдельных блюд	Нормативное значение
Каша, или овощное, творожное	180	150-200
Второе блюдо	90	90-120
гарнир	150	150-200
закуска	80	60-100
Третье блюдо	180	180-200
Фрукты	100	100

**16. Среднесуточные количества продуктов в день на ребенка: соответствует** требованиям таблицы 2 Приложения 7 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

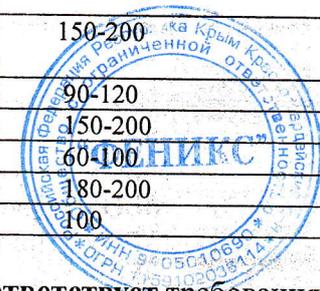
№ экспертного заключения 1.2232/Э.929

Подпись врача ОИ

ФИО Э.Р. Ваджилова

КОПИЯ ВЕРНА

ПОДПИСЬ



Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека  
 Федеральное бюджетное учреждение здравоохранения «Центр гигиены и эпидемиологии в Республике Крым и городе федерального значения Севастополе» (ФБУЗ «ЦГиЭ в Республике Крым и городе федерального значения Севастополе»)

Возраст детей 7-11-лет	Фактическое количество продуктов	Нормативное значение
Хлеб ржаной	19,5	
Хлеб пшеничный	30	16-20
Макаронные изделия	4	30-37,5
молоко	62	3-4
крупы	111	60-75
сыр	2,5	9-11,2
Фрукты свежие	40	2-2,5
Соя, напитки	40	37-46,2
птица	9	40-50
творог	10	7-9
яйца	14,1	10-12,5
чай	0,5	12-15
		0,4-0,5

17. Продукты, включенные в рацион питания детей ежедневно: хлеб, молоко, сливочное масло, фрукты, (овощи, птица, рыба, сыр, яйца – 1-3 раза в неделю).

18. Заключение: Представленное перспективное меню на десятидневный период для обучающихся 7-11 лет (завтраки)

- МБОУ «Амурская школа имени А.К.Чикаренко»
- МБОУ «Краснознаменная школа»
- МБОУ «Полтавская школа»
- МБОУ «Восходненская школа имени В. И. Криворотова»
- МБОУ «Ровновская школа»
- МБОУ «Удачненская школа»
- МБОУ «Колодезянская школа»
- МБОУ «Янтарненская школа имени В.В. Кубракова»
- МБОУ «Марьяновская школа»
- МБОУ «Октябрьская школа №1» Красногвардейского района
- МБОУ «Пятихатская школа»
- МБОУ «Котельниковская школа»,

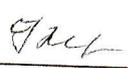
ООО «Феникс» по адресу: 297210 Республика Крым, район Красногвардейский, поселок городского типа Октябрьское, улица Тельмана, дом 36  
**соответствует** требованиям СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

Врач по общей гигиене

  
 (подпись)

Ваджипова Э.Р.  
 (ФИО)

Зам технического директора

  
 (подпись)

Усманова Э.И.  
 (ФИО)



Прошнуровано, пронумеровано и скреплено печатью  
15 (пятнадцать) листов

Директор ООО «Феникс»



В.И. Тёмный