

Утверждаю
Директор МБОУ «Центр образования»

О.С. Савинцева



Приказ №182 от 24.08.2026

**МБОУ «Центр образования»
МЕНЮ**

**Горячего питания на 10 дней
на 2026-2027 гг.**

для обучающихся 1-4 классов по категории от 7 -12лет образовательных организаций Тверской области в соответствии с требованиями СанПиН 2.3./2.4.4282-26 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи» и МР2.4.5.0107-15 «Организация питания детей дошкольного и школьного возраста в организованных коллективах.

Утверждаю
Директор МБОУ «Центр образования»
О.С. Савинцева

Десятидневное меню для обучающихся с 1-4 класс для организации горячего питания школьников.

День: Понедельник

Неделя: первая

Сезон: Осенне-зимний, весенний

Возрастная категория: 7-12

[illegible]

Утверждаю
Директор МБОУ «Центр образования»
О.С. Савинцева

Десятидневное меню для обучающихся с 1-4 класс для организации горячего питания школьников.

День: Вторник

Неделя: первая

Сезон: Осенне-зимний, весенний

Возрастная категория: 7-12

[illegible]

Утверждаю
Директор МБОУ «Центр образования»
О.С. Савинцева

Десятидневное меню для обучающихся с 1-4 класс для организации горячего питания школьников.

День: среда

Неделя: первая

Сезон: Осенне-зимний, весенний

Возрастная категория: 7-12

[illegible]

Утверждаю
Директор МБОУ «Центр образования»
О.С. Савинцева

Десятидневное меню для обучающихся с 1-4 класс для организации горячего питания школьников.

День: четверг

Неделя: первая

Сезон: Осенне-зимний, весенний

Возрастная категория: 7-12

[illegible]

	Итого за 5день	1335											
--	----------------	------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Утверждаю
Директор МБОУ «Центр образования»
О.С. Савинцева

Десятидневное меню для обучающихся с 1-4 класс для организации горячего питания школьников.

День: Понедельник
Неделя: вторая
Сезон: Осенне-зимний, весенний
Возрастная категория: 7-12

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные элементы			Витамины			№ рецептуры № Технологическая карты
			Б	Ж	У		Ca	Mg	Fe	B1, мг	B2, мг	C,мг	
1 день													
Завтрак:	Макаронные изделия с сыром	180	10,3	15,3	32,9	318	190,42	17,46	0,91	0,07	0,09	0,13	333/229
	Чай с сахаром.	200г	0.02	0	9,1	36	026	0	0,03	0	0	0	685/ 300
	Хлеб пшеничный.	50	3,95	0,50	24,15	123	11,5	16,5	1	0,08	0,03	0	По сб. ТТК/ 1.5
	колбаса (полукопченая)	20	4,7	3	0	6,36	4,59	0,47	46	0,02	0,02	0	364/ 1.2
Второй завтрак	Сок	200г	1,5	0,5	21	96	0,4	28,04		0,04	0,2	10	
	Итого за завтрак	631											
Обед:	Щи из свежей капусты с картофелем	200	2,0	6,2	8,8	103	41,63	19,91	0,73	0,06	0,06	12,01	124/55
	Гуляш	80	13,8	14,5	3,2	199	11,42	18,64	2,09	0,03	0,08	0,22	437/96
	Картофельное пюре	200	4,1	6,4	26,7	188	49,74	38,01	1,40	0,16	0,14	13,84	520/ 146
	Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах	200	0	0	20	76	0,48	0	0,06	0	0	0	648/ 324

	Хлеб пшеничный.	50	3,95	0,50	24,15	123	11,5	16,5	1	0,08	0,03	0	По сб. ТТК/ 1.5
	Хлеб ржаной.	50	3,3	0,60	15,4	96.50	17,5	23,50	1,95	0,09	0,04	0	По сб.ТТК/ 1.6
	Итого за обед	780											
	Итого за 1день	1411											

Утверждаю
Директор МБОУ «Центр образования»
_____ О.С. Савинцева

Десятидневное меню для обучающихся с 1-4 класс для организации горячего питания школьников.

День: Вторник
Неделя: вторая
Сезон: Осенне-зимний, весенний
Возрастная категория: 7-12

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные элементы			Витамины			№ рецептуры № Технологическая карты
			Б	Ж	У		Ca	Mg	Fe	B1, мг	B2, мг	C,мг	
2 день													
Завтрак:	Каша молочная «Дружба»	200/5	5,2	7,5	28,9	206	108,95	31,03	0,70	0,10	0,13	0,44	327/210
	Какао с молоком	200г	3,3	3,1	13,6	95	108,57	21,05	0,57	0,03	0,012	0,52	382/306
	Бутерброд с маслом и сыром	20/5/10	5,0	7,1	14,5	146	107	15,4	0,68	0,05	0,06	0,07	3/ 2
Второй завтрак	Фрукты	100г	0,2	0,1	15,5	63	1,44	0	0	0	0	10	
	Итого за завтрак	540											
Обед:	Суп картофельный лапшой и мясными фрикадельками	200	5,2	3,3	1,6	104	14,0	16,02	0,60	0,06	0,04	2,06	614/ 75
	Капуста тушенная	200	4,5	6,4	18,4	158	103,75	36,7	1,44	0,06	0,08	42,52	534(3)/148
	Сосиски отварные	100	10	20,9	0,8	232	22,86	13,3	1,60	0,02	0,08	0	413/ 131
	Чай с лимоном	200	0,2	0	9,3	38	2,73	0,73	0,06	0	0	1,12	686/302
	Хлеб пшеничный.	50	3,95	0,50	24,15	123	11,5	16,5	1	0,08	0,03	0	По сб. ТТК/ 1.5

	Хлеб ржаной.	50	3,3	0,60	15,4	96.50	17,5	23,50	1,95	0,09	0,04	0	По сб.ТТК/ 1.6
	Итого за обед	800											
	Итого за 2день	1340											

Утверждаю
Директор МБОУ «Центр образования»
О.С. Савинцева

Десятидневное меню для обучающихся с 1-4 класс для организации горячего питания школьников.

День: среда
Неделя: вторая
Сезон: Осенне-зимний, весенний
Возрастная категория: 7-12

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные элементы			Витамины			№ рецептуры № Технологическая карты
			Б	Ж	У		Ca	Mg	Fe	B1, мг	B2, мг	C,мг	
3 день													
Завтрак:	Котлеты рубленные из птицы	90	13,6	19,6	13,7	289	17,09	16,32	1,33	0,05	0,09	0,35	205/136
	Макаронные изделия отварные	200/5	6,9	4,9	40,5	235	11,11	8,82	0,91	0,10	0,05	0	332/227
	Кофейный напиток	200г	3,0	2,8	16,6	101	105,86	12,18	0,11	0,03	0,12	0,52	379/304
	Бутерброд с маслом	20/10	1,6	8,5	9,7	124	5,8	6,6	0,42	0,03	0,02	0	1/ 1
Второй завтрак	Фрукты	100г	0,2	0,1	15,5	63	1,44						
	Итого за завтрак	530											
Обед:	Борщ с капустой и картофелем	200	2,0	6,2	12,9	119	41,76	23,04	1,10	0,05	0,06	7,99	110/58
	Птица тушенная в соусе с овощами	240	24,9	19,6	22,0	372	49,58	51,46	2,60	0,12	0,15	3,22	302/143
	Чай с лимоном	200	0,2	0	9,3	38	2,73	0,73	0,06	0	0	1,12	686/302
	Хлеб пшеничный.	50	3,95	0,50	24,15	123	11,5	16,5	1	0,08	0,03	0	По сб. ТТК/ 1.5

	Хлеб ржаной.	50	3,3	0,60	15,4	96.50	17,5	23,50	1,95	0,09	0,04	0	По сб.ТТК/ 1.6
	Итого за обед	740											
	Итого за 3день	1270											

Утверждаю
Директор МБОУ «Центр образования»
О.С. Савинцева

Десятидневное меню для обучающихся с 1-4 класс для организации горячего питания школьников.

День: четверг
Неделя: вторая
Сезон: Осенне-зимний, весенний
Возрастная категория: 7-12

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные элементы			Витамины			№ рецептуры № Технологическая карты
			Б	Ж	У		Ca	Mg	Fe	B1, мг	B2, мг	C,мг	
4 день													
Завтрак:	Биточки паровые	90	8,8	7,4	7,9	134,0	38,04	17,62	0,72	0,04	0,09	0,07	289/112
	Каша греча рассыпчатая	180/5	10,6	6,8	46,3	312	23,63	163,21	5,63	0,31	0,16	0	297/183
	Какао с молоком	200г	3,3	3,1	13,6	95	108,57	21,05	0,57	0,03	0,012	0,52	382/306
	Бутерброд с маслом	20/10	1,6	8,5	9,7	124	5,8	6,6	0,42	0,03	0,02	0	1/ 1
Второй завтрак	Печенье	50г	3,8	4,90	37,20	208	0,06	11	10	0,0	0,3	0	
	Итого за завтрак	555											
Обед:	Суп крестьянский с крупой	250	2,3	5,5	12,7	115	31,97	17,94	0,67	0,05	0,04	8,01	134/67
	Котлеты рубленные из птицы	90	13,6	19,6	13,7	289	17,09	16,32	1,33	0,05	0,09	0,35	205/136
	Макаронные изделия отварные	200	8	8,1	48,9	311	13,93	10,72	1,09	0,09	0,03	0	332/227
	Компот из свежих плодов	200	0,2	0,1	17,2	70	6,03	3,13	0,80	0,01	0,01	1,60	631/311
	Хлеб пшеничный.	50	3,95	0,50	24,15	123	11,5	16,5	1	0,08	0,03	0	По сб. ТТК/ 1.5

	Хлеб ржаной.	50	3,3	0,60	15,4	96.50	17,5	23,50	1,95	0,09	0,04	0	По сб.ТТК/ 1.6
	Итого за обед	825	37,6	32,2	165,8	1151	124,20	79,68	9,64	1,39	0,31	9,96	
	Итого за 4день	1400											

Утверждаю
Директор МБОУ «Центр образования»
О.С. Савинцева

Десятидневное меню для обучающихся с 1-4 класс для организации горячего питания школьников.

День: пятница
Неделя: вторая
Сезон: Осенне-зимний, весенний
Возрастная категория: 7-12

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные элементы			Витамины			№ рецептуры № Технологическ ая карты
			Б	Ж	У		Ca	Mg	Fe	B1, мг	B2, мг	C,мг	
5день													
Завтрак:	Картофельное пюре	200	4,1	6,4	26,7	188	49,74	38,01	1,40	0,16	0,14	13,84	520/ 146
	Рыба припущенная	90	15,9	0,9	0,5	74	33,62	44	0,71	0,09	0,10	0,16	371/79
	Кофейный напиток	200г	3,0	2,8	16,6	101	105,86	12,18	0,11	0,03	0,12	0,52	379/304
	Хлеб пшеничный.	50	3,95	0,50	24,15	123	11,5	16,5	1	0,08	0,03	0	По сб. ТТК/ 1.5
	колбаса (полукопченая)	20	4,7	3	0	6,36	4,59	0,47	46	0,02	0,02	0	364/ 1.2
Второй завтрак	Фрукты	100г	0,2	0,1	15,5	63	1,44						
	Итого за завтрак	641											
Обед:	Суп с макаронными изделиями	200	5,5	5,0	20,2	153	16,28	22,92	0,97	0,10	0,06	6,60	140/61
	Плов из курицы	250	24	28,8	42,4	533	31,18	52,56	2,38	0,10	0,14	1,84	492/138
	Напиток из плодов шиповника	200	0,7	0,3	29,0	127	12,22	3,23	0,64	0,01	0,05	80	705/319
	Хлеб пшеничный.	50	3,95	0,50	24,15	123	11,5	16,5	1	0,08	0,03	0	По сб. ТТК/ 1.5

[illegible]

