

**СОГЛАСОВАНО:**

Начальник Территориального отдела  
по г.Ялта  
Межрегионального управления  
Роспотребнадзора по Республике Крым  
и г. Севастополю

  
В.А. Задорожний

**УТВЕРЖДАЮ:**

Начальник Управления образования  
администрации города Ялты  
Республики Крым

  
Р.В.Кутковский

## **ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ**

**для организации питания обучающихся  
в общеобразовательных учреждениях  
городского округа Ялта  
Республики Крым**

## ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ЛЬГОТНОЙ КАТЕГОРИИ 1-4 классы (ЗАВТРАКИ)

Возрастная группа: от 7 до 11 лет

День	№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энерг. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
1	173	Каша молочная вязкая овсяная	220	6,71	4,40	8,87	229	0,242	2,288	35,200	0,946	243,760	346,940	87,560	2,310
	382	какао с молоком	200	3,17	2,68	15,95	101	0,044	1,300	20,000		125,780	90,000	14,000	0,134
	ПР	Хлеб пшеничный/ржаной	60	4,74	0,60	1,26	140	0,060			0,780	13,800	52,200	19,800	0,660
	1	бутерброд с маслом	40	3,08	0,07	0,09	28	0,001				1,452			0,015
	ПР	Кондитерское изделие	30	3,40	4,52	27,88	166	0,040	15,000	0,000	0,300	24,000	16,500	13,500	3,300
		<b>ИТОГО</b>		<b>21,10</b>	<b>12,26</b>	<b>54,04</b>	<b>664</b>	<b>0,387</b>	<b>18,588</b>	<b>55,200</b>	<b>2,026</b>	<b>408,792</b>	<b>505,640</b>	<b>134,860</b>	<b>6,419</b>
2	20/21	салат из огурцов (свеж/солен)	60	0,40	0,05	0,85	5	0,010	1,750			11,500	12,000	7,000	0,300
	204	Макароны отварные с сыром	175	11,84	13,93	29,85	303	0,070	0,196	100,800		258,300	176,820	17,780	1,078
	379	Кофейный напиток с молоком	200	0,13	0,02	15,20	62		2,830			14,200	4,400	2,400	0,360
	1	Бутерброд с маслом	40	1,78	5,49	10,63	99	0,036		29,100		6,760	21,160	7,200	0,450
		<b>ИТОГО</b>		<b>14,15</b>	<b>19,49</b>	<b>56,53</b>	<b>469</b>	<b>0,116</b>	<b>4,776</b>	<b>129,900</b>	<b>0,000</b>	<b>290,760</b>	<b>214,380</b>	<b>34,380</b>	<b>2,188</b>
3	243	сосиски/сардельки отварные	55	3,66	8,08	0,45	90	0,013		12,727		8,909	42,636	5,091	0,573
	302	Каша рассыпчатая из крупы	150	6,32	4,50	38,85	221	0,12				24,05	158,97	34,22	2,69
	53/55	Салат из свеклы	60	0,40	0,25	0,85	5	0,010	1,750			11,500	12,000	7,000	0,300
	377	чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,68	0,28	20,76	88	0,012	100,000			21,340	3,440	3,440	0,634
	ПР	Хлеб пшеничный/ржаной	60	4,74	0,60	1,26	140	0,060			0,780	13,800	52,200	19,800	0,660
		<b>ИТОГО</b>		<b>15,79</b>	<b>13,71</b>	<b>62,17</b>	<b>544</b>	<b>0,218</b>	<b>101,750</b>	<b>12,727</b>	<b>0,780</b>	<b>79,594</b>	<b>269,246</b>	<b>69,546</b>	<b>4,858</b>
4	63	Салат из моркови с курагой	60	3,95	5,88	62,34	321	0,060	0,705	1,545	0,000	54,600	100,665	51,135	1,545
	291	Плов из кур (филе)	150	4,08	3,54	17,58	119	0,056	1,588	24,400		152,220	124,560	21,340	0,478
	349	Компот из с/фруктов	200	0,66	0,09	32,01	133	0,126	0,726						
	ПР	Хлеб пшеничный/ржаной	60	4,74	0,60	1,26	140	0,060			0,780	13,800	59,900	9,200	0,770
		<b>ИТОГО</b>		<b>13,43</b>	<b>10,11</b>	<b>113,19</b>	<b>712</b>	<b>0,302</b>	<b>3,019</b>	<b>25,945</b>	<b>0,780</b>	<b>220,620</b>	<b>285,125</b>	<b>81,675</b>	<b>2,793</b>
5	223	Запеканка из творога (со сметан. соусом)	160	14,61	21,06	25,00	270	0,060	0,471	65,000		195,586	215,157	26,557	0,643
	352	Кисель из плодов (или ягод)	200	0,11	0,12	25,09	119	0,01	1,83			11,46	6,62	3,64	0,57
	ПР	Фрукты свежие	50	2,55	3,39	20,91	124	0,030	11,250		0,225	18,000	12,375	10,125	2,475
		<b>ИТОГО</b>		<b>17,27</b>	<b>24,57</b>	<b>71,00</b>	<b>514</b>	<b>0,100</b>	<b>13,551</b>	<b>65,000</b>	<b>0,225</b>	<b>225,046</b>	<b>234,152</b>	<b>40,322</b>	<b>3,686</b>
6	173	Каша молочная вязкая	200	6,71	4,40	8,87	229	0,242	2,288	35,200	0,946	243,760	346,940	87,560	2,310
	382	какао с молоком	200	3,17	2,68	15,95	101	0,044	1,300	20,000		125,780	90,000	14,000	0,134
	ПР	Хлеб пшеничный/ржаной	60	4,74	0,60	1,26	140	0,060			0,780	13,800	52,200	19,800	0,660
	6	Бутерброд с колбасой	50	3,08	0,07	0,09	28	0,001	0,000	0,000	0,000	1,452	0,000	0,000	0,015
		<b>ИТОГО</b>		<b>17,70</b>	<b>7,74</b>	<b>26,16</b>	<b>498</b>	<b>0,347</b>	<b>3,588</b>	<b>55,200</b>	<b>1,726</b>	<b>384,792</b>	<b>489,140</b>	<b>121,360</b>	<b>3,119</b>

7	59	Салат из моркови с черносливом	60	7,46	8,29	9,04	142	0,050	0,410	33,000		23,650	83,140	16,500	0,680
	291	Плов из кур (филе)	150	2,43	0,35	32,25	142	0,020				9,804	52,093	18,303	0,394
	388	Напиток из шиповника	200	0,13	0,02	15,20	62		2,830			14,200	4,400	2,400	0,360
	ПР	Хлеб пшеничный/ржаной	60	4,74	0,60	1,26	140	0,060			0,780	13,800	52,200	19,800	0,660
		<b>ИТОГО</b>		<b>14,76</b>	<b>9,26</b>	<b>57,75</b>	<b>486</b>	<b>0,130</b>	<b>3,240</b>	<b>33,000</b>	<b>0,780</b>	<b>61,454</b>	<b>191,833</b>	<b>57,003</b>	<b>2,094</b>
8	195	Тефтели мясные в соусе 332	150	3,77	10,20	41,82	276	0,045	0,810	42,150	0,000	43,830	126,750	48,300	1,590
	48/49	Салат витаминный	60	0,49	3,66	3,66	0	11,600	116,380	0,6	109,23	13,230			
	ПР	Хлеб пшеничный/ржаной	60	2,37	0,30	0,63	70	0,030	0,000	0,000	0,390	6,900	26,100	9,900	0,330
	ПР	Каша гречневая с маслом	150	4,08	3,54	17,58	119	0,056	1,588	24,400		152,220	124,560	21,340	0,478
	376	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,68	0,28	20,76	88	0,012	100,000			21,340			
		<b>ИТОГО</b>		<b>11,38</b>	<b>17,98</b>	<b>84,45</b>	<b>553</b>	<b>11,743</b>	<b>218,778</b>	<b>67,170</b>	<b>109,62</b>	<b>237,520</b>	<b>277,410</b>	<b>79,540</b>	<b>2,398</b>
9	175	Каша молочная жидкая	220	6,08	11,18	43,46	300	0,100	0,960	54,800		133,680	156,720	37,220	0,840
	3	Бутерброд с сыром маслом	50	5,80	8,30	14,83	157	0,040	0,110	59,000		139,200	96,000	9,450	0,490
	ПР	Хлеб пшеничный/ржаной	60	2,37	0,30	0,63	70	0,030	0,000	0,000	0,390	6,900	26,100	9,900	0,330
	352	Кисель из плодов (или ягод)	200	0,11	0,12	25,09	119	0,01	1,83			11,46	6,62	3,64	0,57
		<b>ИТОГО</b>		<b>14,36</b>	<b>19,90</b>	<b>84,01</b>	<b>646</b>	<b>0,180</b>	<b>2,900</b>	<b>113,800</b>	<b>0,390</b>	<b>291,240</b>	<b>285,440</b>	<b>60,210</b>	<b>2,228</b>
10	70/71	овощи натуральн свежие (соленые)	60	0,40	0,05	0,85	5	0,010	1,750			11,500	12,000	7,000	0,300
	234	Котлета рыбная с соусом	100	8,75	4,95	3,81	135	0,050	3,730	5,820		39,070	162,190	48,530	0,850
	171	Каша рисовая с маслом	150	2,48	5,11	25,78	159	0,020	0,000	26,250		11,183	54,062	18,303	0,387
	348	Компот из плодов или ягод сушеных	200	0,66	0,09	32,01	133	0,016	0,726			32,48	23,44	17,46	0,698
	ПР	Хлеб пшеничный/ржаной	60	4,74	0,60	1,26	140	0,060			0,780	13,800	52,200	19,800	0,660
	<b>ИТОГО</b>		<b>17,03</b>	<b>10,80</b>	<b>63,72</b>	<b>572</b>	<b>0,156</b>	<b>6,206</b>	<b>32,070</b>	<b>0,780</b>	<b>108,033</b>	<b>303,892</b>	<b>111,093</b>	<b>2,895</b>	
<b>ИТОГО СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА 10 ДНЕЙ</b>				<b>159,50</b>	<b>154,30</b>	<b>658,90</b>	<b>562</b>	<b>2,02</b>	<b>176,04</b>	<b>589,4</b>	<b>7,4</b>	<b>2306,2</b>	<b>3084,8</b>	<b>810,5</b>	<b>36,3</b>

**Примерное меню  
для организации питания обучающихся  
в муниципальном бюджетном общеобразовательном учреждении:**

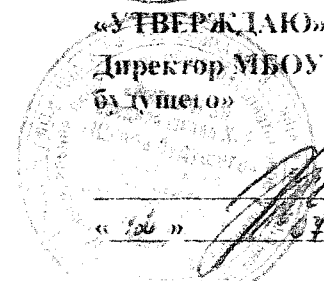


«УТВЕРЖДАЮ»

Директор МБОУ «Ялтинская средняя школа-колледж  
№ 1»

В.В. Мажугина

2017 г.

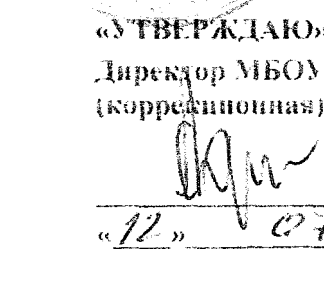


«УТВЕРЖДАЮ»

Директор МБОУ «Ялтинская средняя школа № 2 «Школа  
будущего»

Н.Т. Холмикова

2017 г.

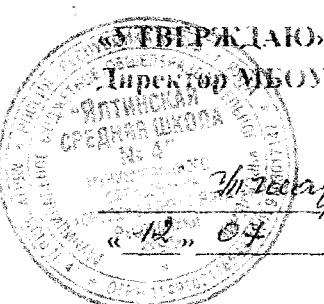


«УТВЕРЖДАЮ»

Директор МБОУ «Ялтинская специальная  
(коррекционная) школа»

Ю.В. Афонин

«12» 07 2017 г.

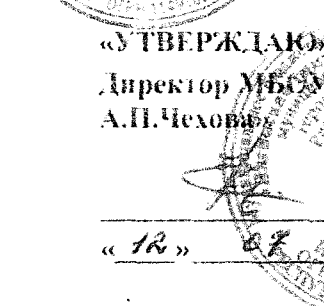


«УТВЕРЖДАЮ»

Директор МБОУ «Ялтинская средняя школа № 4»

Г.А. Шабанова

«12» 07 2017 г.



«УТВЕРЖДАЮ»

Директор МБОУ «Ялтинская гимназия имени  
А.П.Чехова»

Е.А. Корвченко

«12» 07 2017 г.



«УТВЕРЖДАЮ»

Директор МБОУ «Ялтинская средняя школа № 6»

Н.А. Дорошенко

«12» 07 2017 г.