

**СОГЛАСОВАНО:**

Директор МБОУ «Восходненская школа  
имени В.И.Криворотова»

*И.С. Зуйкина*

« 09 » 01 2025г.

**УТВЕРЖДАЮ:**

Директор ООО «Феникс»

*В.И. Тёмный*

« 09 » 01 2025г.



**ОСНОВНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ (ОБЕД)**  
обучающихся в общеобразовательных организациях,  
отнесенных к льготной категории

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

# МЕНЮ ПРИГОТАВЛОВАЕМЫХ БЛЮД

## Возрастная категория: от 7 до 11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептов		
			Белки, г	Жиры, г				Углеводы, г	
Неделя 1 День 1	ОБЕД	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СОЛЕННЫМ ОГУРЦОМ	60	0.72	4.71	5.38	66.84	37	2011
		БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	1.6	4.0	10.4	84.5	82	2011
		КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С М/СЛ	90/5	15.1	19.7	13.4	291.7	295	2011
		КАША РАССЫПЧАТАЯ ЯЧНЕВАЯ ИЛИ ПЕРЛОВАЯ С М/СЛ	150/5	5.1	7.9	31.8	218.2	302	2011
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	180	0.1	0.1	9.5	40.7	342.1	2011
		ХЛЕБ РЖАНОЙ СРБ	40	3.04	0.32	19.68	93.6	СРБ	2020
			20	1.6	0.31	8.0	41.2	СРБ	2020
		Итого за прием пищи:	750	27.26	37.04	98.16	836.74		
		Всего за день:		27.26	37.04	98.16	836.74		

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1 День 2	ОБЕД							
	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	60	0.8	3.6	4.8	56.0	52	2011
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ РИСОВОЙ	200	1.7	2.1	13.7	81.1	101	2011
	ПТИЦА ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	100	13.8	15.1	3.7	212.3	290	2011
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С М/СЛ	150/5	5.6	7.9	35.0	230.8	309	2011
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0.4	0.0	27.8	113.7	349	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3.04	0.32	19.68	93.6	СРБ	2020
	ХЛЕБ РЖАНОЙ СРБ	20	1.6	0.31	8.0	41.2	СРБ	2020
	Итого за прием пищи:	755	26.94	29.33	112.68	828.7		
	Всего за день:		26.94	29.33	112.68	828.7		

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1 День 3	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1.0	3.0	5.4	54.0	45	2011
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	1.9	4.1	13.2	97.8	96	2011
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	100	13.6	10.8	7.5	189.1	255	2011
	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧЕВАЯ С М/СЛ	150/5	8.6	9.4	38.3	271.5	302	2011
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0.1	0.1	9.5	40.7	342.1	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3.04	0.32	19.68	93.6	СРБ	2020
	ХЛЕБ РЖАНОЙ СРБ	20	1.6	0.31	8.0	41.2	СРБ	2020
		755	29.84	28.03	101.58	787.9		
			29.84	28.03	101.58	787.9		
	того за прием пищи:							
его за день:								

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1 День 4	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0.84	6.03	4.37	75.0	67	2011
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ ГОРОХОВЫЙ	200	4.6	4.4	15.2	117.8	102	2011
	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	110	10.4	9.6	12.9	181.6	239	2011
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С М/СЛ	150/5	3.4	8.3	21.6	174.0	312	2011
	СОК ФРУКТОВЫЙ	180	0.9	0.2	18.2	82.2	389	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4.56	0.48	29.52	140.4	СРБ	2020
	ХЛЕБ РЖАНОЙ СРБ	30	2.4	0.47	12.0	61.8	СРБ	2020
		795	27.1	29.48	113.79	832.8		
			27.1	29.48	113.79	832.8		
того за прием пищи:								
того за день:								

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1 День 5	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ	60	0.4	0	1.0	7.8	70/71	2011
	СУП ОВОЩНОЙ	200	1.3	4.0	7.3	76.2	99	2011
	ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ ИЗ ГОВЯДИНЫ С М/СЛ	90/5	15.56	32.21	7.41	301.05	267	2011
	МАКАРОНЫ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С М/СЛ	150/5	5.6	7.9	35.0	230.8	309	2011
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0.1	0.1	9.5	40.7	342.1	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4.56	0.48	29.52	140.4	СРБ	2020
	ХЛЕБ РЖАНОЙ СРБ	30	2.4	0.47	12.0	61.8	СРБ	2020
		780	29.92	45.16	101.73	858.75		
			29.92	45.16	101.73	858.75		
	того за прием пищи:							
всего за день:								

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2 День 6	ОБЕД							
	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	60	1.0	3.0	5.4	54.0	45	2011
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	1.4	4.0	9.9	81.6	82	2011
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С М/СЛ	90/5	15.1	19.7	13.4	291.7	295	2011
	КАША ВЯЗКАЯ ИЗ КРУПЫ ПШЕНИЧНОЙ "АРТЕК" С М/СЛ	150/5	4.1	7.6	24.4	181.9	303.3	2011
	СОК ФРУКТОВЫЙ	180	0.9	0.2	18.2	82.2	389	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3.04	0.32	19.68	93.6	СРБ	2020
	ХЛЕБ РЖАНОЙ СРБ	20	1.6	0.31	8.0	41.2	СРБ	2020
	Итого за прием пищи:	750	27.14	35.13	98.98	826.2		
	Итого за день:		27.14	35.13	98.98	826.2		

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2 День 7	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0.84	6.03	4.37	75.0	67	2011
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ ГОРОХОВЫЙ	200	4.6	4.4	15.2	117.8	102	2011
	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ С М/СЛ	90/5	11.8	17.7	7.0	234.9	297	2011
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150/5	4.6	4.9	20.3	142.4	303	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	180	0.4	0.0	27.8	113.7	349	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ СРБ	40	3.04	0.32	19.68	93.6	СРБ	2020
		20	1.6	0.31	8.0	41.2	СРБ	2020
		750	26.88	33.66	102.35	818.6		
			26.88	33.66	102.35	818.6		
того за прием пищи:								
того за день:								



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2 День 8	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ	60	0.08	3.0	6.7	54.06	46	2011
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	1.9	4.1	13.2	97.8	96	2011
	ТЕФТЕЛИ ГОВЯЖЬИ	100	9.69	13.5	9.74	191.55	278	2011
	РАГУ ОВОЩНОЕ	150	3.77	5.5	37.9	138.7	143	2011
	СОК ФРУКТОВЫЙ	180	0.9	0.2	18.2	82.2	389	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4.56	0.48	29.52	140.4	СРБ	2020
	ХЛЕБ РЖАНОЙ СРБ	30	2.4	0.47	12.0	61.8	СРБ	2020
		780	23.3	27.25	127.26	766.51		
			23.3	27.25	127.26	766.51		

это за прием пищи:  
это за день:

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2 День 9	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ С ФАСОЛЬЮ	60	1.04	4.29	3.6	57.12	68	2011
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	2.3	2.2	16.2	94.4	103	2011
	КРАЗЫ КУРИНЫЕ С ЯЙЦОМ И ЗЕЛЕНЬЮ	100	12.8	5.3	2.4	114.8	6966	2020
	КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ ДОЛЬКАМИ	150	3.9	13.6	30.2	264.3	147	2011
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0.4	0.0	27.8	113.7	349	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3.04	0.32	19.68	93.6	СРБ	2020
	ХЛЕБ РЖАНОЙ СРБ	20	1.6	0.31	8.0	41.2	СРБ	2020
	Итого за прием пищи:	750	25.08	26.02	107.88	779.12		
	Итого за день:		25.08	26.02	107.88	779.12		

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов	
			Белки, г	Жиры, г				Углеводы, г
Неделя 2 День 10	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ	60	0.4	0	1.0	7.8	70/71	2011
	СУП ОВОЩНОЙ	200	1.3	4.0	7.3	76.2	99	2011
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	16.6	21.3	40.8	422.1	291	2011
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0.1	0.1	9.5	40.7	342.1	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4.56	0.48	29.52	140.4	СРБ	2020
	ХЛЕБ РЖАНОЙ СРБ	30	2.4	0.47	12.0	61.8	СРБ	2020
Итого за прием пищи:		730	25.36	26.35	100.12	749.0		
Итого за день:			25.36	26.35	100.12	749.0		

### ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Итого за весь период	268,82	317,45	1064,53	8084,32
Среднее значение за период	26.8	31.7	106.4	808.4
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности	101.8	104.3	88.5	96

### СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Возраст детей	Обед
11 лет ОБЕД	759.5

Примечание:  
Таблица взаимозаменяемости  
Продуктов. Стр.373-378.

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:

1. 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: 295034  
г. Симферополь, ул. Набережная, д.67

УТВЕРЖДАЮ  
Руководитель Органа инспекции  
ФБУЗ «Центр гигиены и  
эпидемиологии в Республике Крым и  
городе федерального значения  
Севастополе»  
Р.В. Проскурнин



## ЭКСПЕРТНОЕ ЗАКЛЮЧЕНИЕ

о соответствии санитарным правилам и нормативам перспективного меню

№1.2752/Э.932 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. **Телефон +7978-197 86 38**
- 5. ИНН/КПП:** 910510690/910501001 **ОГРН: 1159102036114**
- 6. Основание для проведения экспертизы:** заявление №1.2752 от 18.08.2022 г.
- 7. Дата проведения инспекции:** 18.08.2022 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 (обед)
  - 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 10дневный период (обед). 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 рецептур 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 1.2752/Э.932

Подпись врача ОИ

ФИО Э.Р. Ваджипова

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»)

- 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 (обед). 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 рецептур 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)**

Возраст детей 7-11 лет	обед
Нормативное значение при 2-разовом питании	30-35%
Фактическое значение	34

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

Возраст детей 7-11 лет	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Калорийность (г)
Нормативное значение	23,1-27	23,7-27,6	100,5-117,2	705-822,5
Фактическое содержание	26,6	27,3	102,4	765,5

15. Объемы отдельных блюд для детей: соответствуют 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	150	150-200
Первое блюдо	200	200-250
Второе блюдо	108	90-120
гарнир	150	150-200
закуска	60	60-100
Третье блюдо	180	180-200

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

№ экспертного заключения 1.2752/3.932

Подпись врача ОИ

ФИО Э.Р. Валжинова

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»)

Возраст детей 7-11-лет	Фактическое количество продуктов	Нормативное значение
Хлеб ржаной	24	24-28
Хлеб пшеничный	48	45-52,5
Макаронные изделия	5,3	4,5-5,25
Крупы, буюбовые	15,2	13,5-15,7
рыба	20,1	17,4-20,3
субпродукты	9	9-10,5
сухофрукты	5	4,5-5,25
соки	70	60-70
овощи	90	84-98
птица	13	10,5-12,25
картофель	64,8	56,1-65,4

17. Продукты, включенные в рацион питания детей ежедневно: хлеб, молоко, масло подсолнечное, овощи, напитки (птица, рыба, печень – 1-3 раз в неделю).

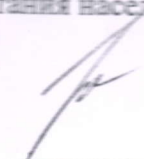
18. Заключение: Представленное перспективное меню на десятидневный период для обучающихся 7-11 лет (обеда)

- МБОУ «Амурская школа имени А.К.Чикаренко»
- МБОУ «Краснознаменная школа»
- МБОУ «Полтавская школа»
- МБОУ «Восходненская школа имени В. И. Криворотова»
- МБОУ «Ровновская школа»
- МБОУ «Удиченская школа»
- МБОУ «Калодезенская школа»
- МБОУ «Янтарная школа имени В.В. Кубракова»
- МБОУ «Марьяновская школа»
- МБОУ «Октябрьская школа №1 Красногвардейского района
- МБОУ «Пятикратская 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)

Валжипова Э.Р.  
(ФИО)

Зам технического директора

  
\_\_\_\_\_  
(подпись)

Усманова Э.И.  
(ФИО)



КОПИЯ ВЕРНА

ПОДПИСЬ

№ экспертного заключения 1.2752/Э.932

Подпись врача ОИ \_\_\_\_\_

ФИО Э.Р. Валжипова

15