

"Согласовано"

Директор МБОУ СОШ №12  
муниципального образования  
города Ноябрьска

И.В. Ращупкина  
" 4 " 2025 г.



"Утверждаю"

Генеральный директор  
АО "Комбинат общественного  
питания" города Ноябрьска  
С.А.Тавлеев

" 4 " 2025 г.



**Основное (организованное) двухнедельное меню**

**полдников** для обучающихся **5-11 классов** муниципальных общеобразовательных учреждений,  
реализующих образовательные программы начального общего, основного общего и среднего общего образования  
на территории муниципального образования город Ноябрьск  
(зимний период 2024-2025 учебного года)

Прием пищи	Наименование	Выход, гр.	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углев., гр.	Эн.цен., ккал.	В <sub>1</sub> , мг.	С, мг.	Са, мг.	Mg, мг.	№ сборника рецептур
<b>Неделя 1</b>											
Полдник	<b>День 1</b>										
	Сырная палочка	40	6,7	9,1	37,0	242	0,1	2	128	21	ТТК-9
	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	10,0	47	0,0	9	24	14	338-17
	Кисель из яблок	200	5,8	3,4	9,9	119	0,1	0	28	10	352-17
<b>Итого за полдник:</b>		<b>340</b>	<b>12,90</b>	<b>12,9</b>	<b>56,9</b>	<b>408</b>	<b>0,2</b>	<b>11</b>	<b>180</b>	<b>45</b>	
	<b>День 2</b>										
Полдник	<b>День 2</b>										
	Плюшка новомосковская	64	6,6	7,3	36,9	254	0,1	2	132	31	гост -849
	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	10,0	47	0,0	9	24	14	338-17
	Молоко кипяченое	200	5,8	5,0	9,6	107	0,1	0	24	0	385-17
<b>Итого за полдник:</b>		<b>364</b>	<b>12,8</b>	<b>12,7</b>	<b>56,5</b>	<b>408</b>	<b>0,2</b>	<b>11</b>	<b>180</b>	<b>45</b>	
	<b>День 3</b>										
Полдник	<b>День 3</b>										
	Булочка с яблоками	63	11,4	11,5	26,9	276	0,1	2	144	32	568-01

	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	10,0	47	0,0	9	24	14	338-17
	Сок фруктовый	200	1,0	1,0	20,0	85	0,1	0	12	0	385-17
<b>Итого за полдник:</b>		<b>363</b>	<b>12,8</b>	<b>12,9</b>	<b>56,9</b>	<b>408</b>	<b>0,2</b>	<b>11</b>	<b>180</b>	<b>45</b>	
	<b>День 4</b>										
Полдник											
	Рогалик в сахаре	74	12,2	12,8	25,9	211	0,1	2	128	40	ТТК-2
	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	10,0	47	0,0	9	24	14	338-17
	Кисель из шиповника	200	0,2	0,0	31,0	150	0,1	0	28	5	357-17
<b>Итого за полдник:</b>		<b>374</b>	<b>12,8</b>	<b>12,8</b>	<b>56,9</b>	<b>408</b>	<b>0,2</b>	<b>11</b>	<b>180</b>	<b>45</b>	
	<b>День 5</b>										
Полдник											
	Булочка домашняя	85	12,5	12,4	23,8	246	0,1	2	132	31	109-86
	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	10,0	47	0,0	9	24	14	338-17
	Напиток клюквенный	200	0,0	0,0	23,0	115	0,1	0	24	0	385-17
<b>Итого за полдник:</b>		<b>385</b>	<b>12,9</b>	<b>12,8</b>	<b>56,8</b>	<b>408</b>	<b>0,2</b>	<b>11</b>	<b>180</b>	<b>45</b>	
	<b>Неделя 2</b>										
Полдник	<b>День 1</b>										
	Плюшка новомосковская	64	6,7	7,5	37,2	254	0,1	2	132	31	гост -849
	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	10,0	47	0,0	9	24	14	338-17
	Молоко кипяченое	200	5,8	5,0	9,6	107	0,1	0	24	0	385-17
<b>Итого за полдник:</b>		<b>364</b>	<b>12,90</b>	<b>12,9</b>	<b>56,8</b>	<b>408</b>	<b>0,2</b>	<b>11</b>	<b>180</b>	<b>45</b>	
	<b>День 2</b>										
Полдник											
	Булочка сдобная с помадкой	103	12,5	12,5	23,8	246	0,1	1	132	31	114-02
	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	10,0	47	0,0	9	24	13,2	338-17
	Кисель из брусники	200	0,0	0,0	23,0	115	0,1	1	24	1	54-23-22
<b>Итого за полдник:</b>		<b>403</b>	<b>12,90</b>	<b>12,9</b>	<b>56,8</b>	<b>408</b>	<b>0,2</b>	<b>11</b>	<b>180</b>	<b>45</b>	
	<b>День 3</b>										
Полдник											
	Булочка с яблоками	63	11,4	11,5	26,8	276	0,1	2	144	32	568-01
	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	10,0	47	0,0	9	24	14	338-17
	Сок фруктовый	200	1,0	1,0	20,0	85	0,1	0	12	0	385-17
<b>Итого за полдник:</b>		<b>363</b>	<b>12,80</b>	<b>12,9</b>	<b>56,8</b>	<b>408</b>	<b>0,2</b>	<b>11</b>	<b>180</b>	<b>45</b>	

	День 4										
Полдник											
	Сдоба уренгойская	70	6,6	7,4	37,0	254	0,1	2	132	31	РСТ-79
	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	10,0	47	0,0	9	24	14	338-17
	Молоко кипяченое	200	5,8	5,0	9,6	107	0,1	0	24	0	385-17
<b>Итого за полдник:</b>		<b>370</b>	<b>12,80</b>	<b>12,8</b>	<b>56,6</b>	<b>408</b>	<b>0,2</b>	<b>11</b>	<b>180</b>	<b>45</b>	
	День 5										
Полдник											
	Звездочка с повидлом	69	12,2	12,4	15,9	211	0,2	2	128	26	ТТК-18
	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	10,0	47	0,0	9	24	14	338-17
	Кисель из шиповника	200	0,2	0,0	31,0	150	0,2	0	28	5	357-17
<b>Итого за полдник:</b>	<b>Итого:</b>	<b>369</b>	<b>12,8</b>	<b>12,8</b>	<b>56,9</b>	<b>408</b>	<b>0,2</b>	<b>11</b>	<b>180</b>	<b>45</b>	
	<b>Итого за 10 дней:</b>		<b>128,4</b>	<b>128,4</b>	<b>567,9</b>	<b>4080</b>	<b>2</b>	<b>110</b>	<b>1800</b>	<b>448</b>	
	<b>Среднее значения за период:</b>		<b>12,8</b>	<b>12,8</b>	<b>57</b>	<b>408</b>	<b>0,2</b>	<b>11</b>	<b>180</b>	<b>45</b>	

**Средняя энергетическая ценность полдника составляет: 408 ккал.**

Настоящее основное (организованное) двухнедельное меню разработано на основе следующей документации:

1. "Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях" под редакцией М.П. Могильного, В.А. Тутельна, изд-во ООО "ДеЛи плюс", г. Москва 2017 год;
2. "Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций" под редакцией В.Р. Кучма, изд-во "Научный центр здоровья детей", г. Москва 2016 год;
3. "Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях" под редакцией М.П. Могильного, В.А. Тутельна, изд-во ООО "ДеЛи плюс", г. Москва 2012 год;
4. "Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников" под редакцией М.П. Могильного, В.А. Тутельна, изд-во ООО "ДеЛи плюс", г. Москва 2007 год;
5. "Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах" под редакцией В.Т. Лапшиной, изд-во "Хлебпродинформ", г. Москва 2004 год;
6. "Сборник рецептов мучных кондитерских и булочных изделий для предприятий общественного питания" под редакцией А.В. Павлов, изд-во "Профикс", г. Санкт-Петербург 2002 год;
7. "Сборник рецептов блюд и типовых меню для организаций питания обучающихся в общеобразовательных организациях" под редакцией ФБУН "Новосибирский научно-исследовательский институт гигиены", 2022 год;

8. "Сборник рецептур национальных блюд и кулинарных изделий" под редакцией В.Т. Лапиной, изд-во "Хлебпродинформ", г. Москва 2001 год;

9. "Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания" под редакцией Ф.Л. Марчука, изд-во С.К. Пекарской, г. Москва 1996 год;

10. "Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания" под редакцией И.М.Скурихина, В.А.Тутельян; изд-во ООО "ДеЛи плюс", г. Москва 2007 год;

11. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения", утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 27.10.2020 № 32.

Сборники технических нормативов предназначены для предприятий всех организационно-правовых форм хозяйствования, обеспечивающих питание обучающихся в общеобразовательных организациях различных типов.

"Согласовано"

Технолог МКУ ЦОМУСО:



Т.Е. Кашафудинова