

«СОГЛАСОВЫВАЮ»

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор ООО «Тверской комбинат
школьного питания»
Дельфи 14.08.2026 года

Генеральный директор ООО «Тверской комбинат
школьного питания»
Османова Османова Л.А.
«25» августа 2026 года.

Примерное меню обедов для обучающихся 1-4-х классов. В том числе детей находящихся в трудной жизненной ситуации и детей с ограниченными возможностями здоровья.

Основание:

1. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.3/2.4.3590-20. Утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 27 октября 2020г. №32
2. Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях.
Под ред. М.П.Мотильного и В.А.Угелыана. - М.:Делфи плюс, 2015 года

[illegible]

Итого	720	25,14	25,88	99,73	727,91	0,31	16,5	27,8	58,86	139,76	215,97	87,82	7,32
-------	-----	-------	-------	-------	--------	------	------	------	-------	--------	--------	-------	------

Днем: третий
Неделя: первая

№ уса.	Проф. опис, наименование базиса	Масса порции	Питательная ценность (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витаминный состав (мг.)					Минеральный состав (мг.)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe		
45/47	Салат из свежей капусты и/или квашеной	60	0,07	1,90	3,90	36,24	0,01	10,10		9,24	14,90	16,90	9,10	0,30		
112	Суп с макаронными изделиями и картофелем на овощном бульоне	200	2,1	2,2	12,55	87,2	0,07	4,86		1,16	23,6	46,18	19,4	0,8		
294	Котлета рубленая из мяса птицы с красным соусом № 331 (50/40)	90	9,8	10,7	11,34	179,8	0,05	0,9	41,31		40,95	14,85	60,21	1,08		
302	Каша рассычатая гречневая	150	8,6	6,09	38,64	243,8	0,02			0,61	14,82	203,93	135,83	4,56		
349	Компот из сухофруктов	180	1,04	0,30	42,50	132,12	0,02	0,70		0,18	5,30	41,40	29,70	0,80		
60/	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	46,76	0,02			0,26	4,6	17,4	6,6	0,22		
60/	Хлеб ржаной	20	0,9	0,3	5,2	28	0,01			0,24	6,1	28,3	6,6	0,8		
	соль поваренная	1														
Итого		720	24,09	21,69	123,79	753,92	0,2	16,56	41,31	11,69	110,27	368,96	207,44	8,56		

Днем: четвертый
Неделя: первая

№ уса.	Проф. опис, наименование базиса	Масса порции	Питательная ценность (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витаминный состав (мг.)					Минеральный состав (мг.)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe		
52	Салат из свежих и/или консервированных овощей	60	0,65	3,60	6,70	62,34	0,01	3,90		6,36	17,60	19,80	10,10	0,90		
96	Ленинградский суп с курицей	200	2,3	4,2	9,6	113,8	0,07	6,7		1,88	24,92	45,38	19,34	0,74		
297	Фрикадельки из мяса птицы с соусом № 329 (50/40)	90	8,7	11,2	8,7	171,9	0,3	2	39	94,93	63,5	58,7	55,8	0,5		
304	Рис отварной	150	3,65	5,37	36,68	209,7	0,03			0,28	1,37	60,95	16,34	0,53		
342	Компот из свежих яблок	180	0,14	0,14	25,10	103,14	0,01	0,80		0,07	15,30	4,60	6,40	0,90		
60/	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	46,76	0,02			0,26	4,6	17,4	6,6	0,22		
60/	Хлеб ржаной	20	0,9	0,3	5,2	28	0,01			0,24	6,1	28,3	6,6	0,8		

	Среднепогодная												
	1												
Итого:	720	17,92	25,01	101,64	735,04	0,422	13,4	39	103,76	132,02	174,18	104,84	4,06

Jeune	Marché
-------	--------

1974

1974

Flowchart

MECHANISMS

№ п/п	Продукт, наименование блюда	Масса порции	Площадь поверхности (м²)			Загрязненность (г/кг)	Витаминный (мг)					Минеральный состав (мг)				
			В	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe		
42.001	Салат из моркови с раст. маслом	60	0,70	0,06	6,90	49,02	0,03	2,01	-	4,34	15,50	31,70	21,60	0,40		
82	Борщ с картофелем и капустой на мясном бульоне	200	2,08	4,10	8,70	116,00	0,04	8,50	1,92	41,40	43,68	20,90	0,98			
234	Котлета или бифштекс рыбные	50	6,6	5,0	8,5	105,8	0,1	0,8	16,8	2,9	51,3	115,3	39,7	0,2		
329	Суп с крапивой	40	1,4	4,5	5,0	66,4	0,0	0,2	0,2		38,2	6,3	32,9	0,1		
312	Картофельное пюре	150	3,1	4,8	20,4	137,3	0,1	18,2	0,2	37,0	86,6	27,8	1,0			
349	Компот из сухофруктов	180	1,04	0,30	42,50	132,12	0,02	0,70	0,18	5,30	41,40	29,70	0,80			
606	Хлеб пшеничный	30	2,25	0,84	15,31	70,14	0,3	-	0,39	6,9	26,1	9,9	0,33			
606	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42	0,04		0,36	9,2	42,4	10	1,24			
Среднее	Соль поваренная	1														
Итого:		740	18,57	20,04	115,31	718,69	0,616	30,33	16,96	10,27	204,78	393,49	192,46	8,1		

Year	Method
------	--------

инструмент

Рис. 1

№ проба	Происхождение, наименование блюда	Масса порции	Питательная ценность (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витаминный состав (мг.)					Минеральный состав (мг.)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe		
52	Салат из смеси с растительным маслом	60	0,98	2,50	5,40	47,93	0,01	4,10		1,10	16,90	24,90	11,03	0,80		
102	Суп с бобовыми (горох) на кур. бульоне	200	5,49	5,27	16,54	148,29	0,19	0,64	-	14,24	33,9	61,1	23,7	1,7		
294	Котлета рубленая из мяса птицы с гарниром соусом № 333, 450, 600	90	9,8	10,7	11,34	179,8	0,05	0,9	41,31		40,95	14,85	60,21	1,06		
309	Макаронны отварные	150	5,52	4,52	26,45	168,45	0,06			0,97	4,86	37,17	21,12	1,1		
349	Компот из сухофруктов	180	1,04	0,30	42,50	132,12	0,02	0,70		0,18	5,30	41,40	29,70	0,80		
606	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	46,76	0,02			0,26	4,6	17,4	6,6	0,22		
606	Хлеб ржаной	20	0,9	0,3	5,2	28	0,01			0,24	6,1	28,3	6,6	0,8		
	Соль поваренная	1														
ИТОГО:		720	25,31	23,79	117,09	751,35	0,17	5,7	41,31	2,78	78,71	164,02	135,26	4,8		

Дата: 02.08.2018
Исходный материал

№ п/п	Исходный материал	Масса порошка	Плотность (г/см³)			Загрязненность по плотности (г/см³)	Витаминный состав (мг)					Минеральный состав (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe		
42шт.	Салат из моркови с раст. маслом	60	0,70	0,06	6,90	49,02	0,03	2,00	-	4,34	15,50	31,70	21,60	0,40		
82	Борщ с картофелем и капустой на курином бульоне	200	2,08	4,1	8,7	111	0,04	8,5		1,92	41,4	43,68	20,9	0,98		
278,1	Тфени из мяса птицы с соевым (50/40)	90	14,1	13,6	13,2	231,66	0,15	0,7	27,2	55,44	48,4	64,8	17,9	2,9		
302	Каша рассыпчатая гречневая	150	8,6	6,09	38,64	243,8	0,02			0,61	14,82	203,93	135,83	4,56		
342	Компот из свежих яблок	180	0,14	0,14	25,10	103,14	0,01	0,80		0,07	15,30	4,60	6,40	0,90		
60	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	46,76	0,02			0,26	4,6	17,4	6,6	0,22		
60	Хлеб ржаной	20	0,9	0,3	5,2	28	0,01			0,24	6,1	28,3	6,6	0,8		
	Соль поваренная	1														
ИТОГО:		770	28,1	24,49	107,4	813,38	0,28	12,01	27,2	62,88	146,12	394,41	215,83	10,76		

Дата: 02.08.2018
Исходный материал

№ п/п	Исходный материал	Масса порошка	Плотность (г/см³)			Загрязненность по плотности (г/см³)	Витаминный состав (мг)					Минеральный состав (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe		
4547	Салат из свежей капусты или квашеной	60	0,07	1,90	3,90	36,24	0,01	10,10		9,24	14,90	16,90	9,10	0,30		
99	Суп овощной на мясном бульоне	200	1,27	3,99	7,3	76,2	0,06	14,3		1,86	27,88	39,42	16,6	0,6		
259	Жаркое по-доминскому с мясом свиными	240	16,86	40,44	22,68	525,24	0,48	9,24	-	4,2	39,36	247,08	58,75	4,08		
349	Компот из сухофруктов	200	1,04	0,30	42,50	132,12	0,02	0,70		0,18	5,30	41,40	29,70	0,80		
60	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	46,76	0,02			0,26	4,6	17,4	6,6	0,22		
60	Хлеб ржаной	20	0,9	0,3	5,2	28	0,01			0,24	6,1	28,3	6,6	0,8		
	Соль поваренная	1														
ИТОГО:		740	21,72	47,13	91,24	844,56	0,6	34,34	0	15,08	98,14	390,5	127,35	6,8		

Дата: 02.08.2018
Исходный материал

№ п/п	Исходный материал	Масса порошка	Плотность (г/см³)			Загрязненность по плотности (г/см³)	Витаминный состав (мг)					Минеральный состав (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe		

67	Витергет опшной с маслом растительным	60	0,84	6,02	4,4	75,06	0,02	5,8		2,7	18,7	23,9	11,7	0,5
96	Раскормление по-Ленинградски на курб-бульоне	200	2,3	4,2	9,6	113,8	0,07	6,7		1,88	24,92	45,38	19,34	0,74
291	Плов из мяса птицы	240	20,28	12,6	42,84	366,36	0,12	7,22	23,28	0,6	50,76	210,36	64,85	2,28
342	Копченое из свинских ребрышек	180	0,14	0,14	25,10	103,14	0,01	0,80		0,07	15,50	4,60	6,40	0,90
6и	Хлеб пшеничный	30	2,25	0,84	15,51	70,14	0,3	-		0,39	6,9	26,1	9,9	0,33
6и	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42	0,04			0,36	9,2	42,4	10	1,24
	Соль поваренная	1												
ИТОГО		740	27,21	24,27	105,25	770,5	0,86	20,52	23,28	6	125,78	384,74	122,19	5,99

День: досадный

Вид: досадный

Исходные продукты		Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витаминный состав					Минеральный состав (мг)				
№ п/п	Продукт, наименование блюда		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe		
48/47	Салат из свежей капусты или квашеной	60	0,07	1,90	3,90	36,24	0,01	10,10		9,24	14,90	16,90	9,10	0,30		
88	Шо из свежей капусты с картофелем на курбонном бульоне	200	2,1	4,12	6,32	99,8	0,05	12,6		1,88	41	39,2	17,7	0,7		
278,1	Тертый из мяса птицы с соусом (50/40)	90	14,1	13,6	13,2	231,66	0,15	0,7	27,2	55,44	48,4	64,8	17,9	0,70		
312	Картофельное пюре	150	3,1	4,8	20,4	137,3	0,1	18,2		0,2	37,0	86,6	27,8	1,0		
349	Копчет из сухобрыток	180	1,04	0,30	42,50	132,12	0,02	0,70		0,18	5,30	41,40	29,70	0,80		
6и	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	46,76	0,02			0,26	4,6	17,4	6,6	0,22		
6и	Хлеб ржаной	20	0,9	0,3	5,2	28	0,01			0,24	6,1	28,3	6,6	0,8		
	Соль поваренная	1														
ИТОГО		720	22,86	28,22	101,22	711,83	0,4	42,26	27,2	67,42	157,28	294,59	115,36	4,53		

Основные показатели в пищевых веществах и энергетической ценности (Приложение № 10 к СанПиН 2.3.2.4.390-20)

Основные показатели		Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
Дни по меню	1 день	Б	Ж	У	
		29,89	51,18	122,14	1056,99

2 день	25,14	25,88	90,73	722,91
3 день	24,09	21,69	123,79	753,92
4 день	17,92	25,01	101,64	735,64
5 день	18,6	20,0	115,3	718,7
6 день	25,31	23,79	117,09	751,35
7 день	28,1	24,49	107,4	813,38
8 день	21,72	47,13	91,24	844,56
9 день	27,21	24,27	105,25	770,5
10 день	22,86	25,22	101,22	711,83
Итого за весь период:	240,81	288,7	1075,81	7884,77
Итого в среднем за 1 день(прием пищи -обед)	24,081	28,87	107,581	788,477
Обед составляет 30% от дневной нормы	30% от нормы 77 г составляет 23,1 г	30% от дневной нормы 79 г составляет 23,7 г	30% от дневной нормы 335 г составляет 100,5 г	30% от дневной нормы 2350 ккал составляет 705 ккал