

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «ЦЕНТР ФИНАНСОВОГО И
ХОЗЯЙСТВЕННОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ» ЯДРИНСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО
ОКРУГА ЧУВАШСКОЙ РЕСПУБЛИКИ**

ПРИКАЗ

31.08.26

№ 26 -ОД

г.Ядрин

**Об утверждении цикличного меню и
технологических карт**

В соответствии с постановлением главного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 « Об утверждении санитарных правил СП 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения», с целью обеспечения полноценного сбалансированного питания детей в образовательных организациях Ядринского муниципального округа, принимая во внимание нормативные акты по питанию , приказываю:

1. Утвердить с 1 сентября по 31 октября 2026 года технологические карты , разработанные на основе «Сборника рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях» (руководители разработки сборника : Могильный М.П.(ГБОУ ВПО ПГТУ), Тутельян В.А. (ГУ НИИ питания РАМН) - Москва Дели) и «Сборника рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах" (руководители разработки сборника: Лапшина В.Т. и Тутельян В.А.(Институт питания РАМН) Москва «Хлебпродинформ»2004). (Приложение 1 к настоящему приказу).
2. Утвердить с 1 сентября по 31 октября 2026 года прилагаемое примерное 10-ти дневное меню для обучающихся с 7 до 11 лет (Приложение 2 к настоящему приказу).
3. Утвердить с 1 сентября по 31 октября 2026 года прилагаемое примерное 10-ти дневное меню для обучающихся с 12 лет и старше (Приложение 3 к настоящему приказу).
4. Утвердить с 1 сентября по 31 октября 2026 года прилагаемое примерное 10-ти дневное меню для дошкольных групп кратковременного пребывания. (Приложение 4 к настоящему приказу).
5. Утвердить с 1 сентября по 31 октября 2026 года прилагаемое примерное 10-ти дневное меню для дошкольных групп сокращенного пребывания. (Приложение 5 к настоящему приказу).
6. Контроль за исполнением настоящего приказа оставляю за собой.

Начальник



Н.В. Аввакумова

Примерное 10-дневное меню для обучающихся с 12 лет и старше

1 день		Пищевая ценность				
№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Завтрак						
209	Яйца вареные	40	5,08	4,6	0,28	63
175	Каша вязкая молочная из риса и пшена с маслом 200/10	210	6,08	11,18	33,48	260
379	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	101
	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,6	0,9	140
	Итого завтрак:	510,00	19,07	19,06	50,61	564,00

Обед						
48	Салат витаминный	100	0,83	6,11	5,27	79,4
139*	Суп картофельный с бобовыми и мясом цыпленка 250/25	275	10,4	7,7	22,4	194
290/330	Птица тушеная в сметанном соусе 50/50	100	11,78	10,12	2,93	150
309	Макароны отварные	200	7,36	6,02	35,26	225
	Сок	200	1	0	21,2	88
	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,36	0,66	1,02	138
	Итого обед:	935	34,73	30,61	88,08	874,40

2 день						
№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность			
			Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Завтрак						
364/619*	Зразы из творога с курагой с соусом абрикосовым 100/50	150	14,3	11,1	33,41	417
	377 Чай с лимоном 200/15/7	222	0,13	0,02	15,2	62
338	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	47
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	0,45	70
	Итого завтрак:	502	17,2	11,8	58,9	596,00

Обед						
37	Салат картофельный с огурцами	100	1,22	7,84	8,96	111
110*	Борщ с капустой и картофелем с мясом цыпленка и сметаной 250/25/10	285	6,5	8,86	13,5	149,8
278/331	Тефтели I вариант рубленые из свинины со сметанным соусом с томатом 60/50	110	12,83	14,8	12,34	237
302	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	200	11,46	8,12	51,52	325
342	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	27,88	115
	Фрукты свежие	100	1,5	0,5	21	96
	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,36	0,66	1,02	138
	Итого обед:	1055	37,03	40,94	136,22	1171,8

3 день

№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность			
			Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Завтрак						
3	Бутерброды с сыром	50	5,8	8,3	14,83	157
174	Каша вязкая молочная рисовая с маслом 200/10	210	6	10,85	42,95	294
376	Чай с сахаром 200/15	215	0,07	0,02	15	60
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	0,45	70
	Итого завтрак:	505	14,2	19,5	73,2	581,00

Обед

47	Салат из квашеной капусты	100	1,71	5	8,5	86
135*	Суп из овощей со сметаной 250/10	260	2,5	5,96	12,7	115,8
229	Минтай, тушеный в томате с овощами 50/50	100	9,75	4,95	3,8	105
312	Пюре картофельное	200	4,09	6,4	27,25	183
348	Компот из кураги	200	0,78	0,05	27,63	114,8
	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,36	0,66	1,02	138
	Итого обед:	920	22,19	23,02	80,90	742,60

4 день

№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность			
			Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Завтрак						
181	Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом 200/10	210	6,11	10,72	32,38	251
382	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	119
338	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	98	47
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	0,45	70
	Итого завтрак:	540	13	15	148	487,0

Обед

54	Салат из свеклы с яблоками	100	1,1	6,1	11,2	104
124*	Щи из свежей капусты с картофелем с мясом цыпленка и сметаной 250/25/10	285	6,5	7,96	10,4	131,8
273/333	Котлеты рубленные, запеченные с молочным соусом 70/30	100	3,01	7,84	8,86	119
305	Рис припущенный	200	4,85	5,73	48,9	267
349	Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	32	133
	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,36	0,66	1,02	138
	Итого обед:	945	19,48	28,38	112,38	892,8

5 день

№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность			
			Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Завтрак						
209	Яйца вареные	40	5,08	4,6	0,28	63
173	Каша вязкая овсяная с маслом 200/10	210	9,04	13,44	40,16	318
379	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	101
	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,6	0,9	140
	Итого завтрак:	510	22	21	57	622

Обед

24	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	0,96	6,07	3,64	71
132*	Рассольник ленинградский с мясом цыпленка и сметаной 250/25/10	285	7,5	8,16	20,5	178,8
259	Жаркое по-домашнему из свинины 50/125	175	12,3	29,5	16,58	383
348	Компот из чернослива	200	0,35	0,11	23,61	98,4
	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,36	0,66	1,02	138
	Итого обед:	820	24	45	65	869

6 день

№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность			
			Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Завтрак						
2	Бутерброды с повидлом	55	2,4	3,87	27,83	156
173	Каша вязкая молочная пшеничная с маслом 200/10	210	8,64	11,06	44,32	312
376	Чай с сахаром 200/15	215	0,07	0,02	15	60
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	0,45	70
	Итого завтрак:	510,00	13,48	15,25	87,60	598,00

Обед

48	Салат витаминный	100	0,83	6,11	5,27	79,4
124*	Щи из свежей капусты с картофелем с мясом цыпленка и сметаной 250/25/10	285	6,5	7,96	10,4	131,8
279/331	Тефтели 2-ой вариант со сметанным соусом с томатом 60/50	110	7,46	8,29	9,44	142
302	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	200	11,46	8,12	51,52	325
	Сок	200	1	0	21,2	88
	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,36	0,66	1,02	138
	Итого обед:	955	31	31	99	904

7 день

№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность			
			Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Завтрак						
364/619*	Зразы из творога с черносливом с соусом абрикосовым 100/50	150	14,3	11,1	33,41	417
382	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	119
338	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	47
	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,6	0,9	140
	Итого завтрак:	510,00	23,52	15,64	61,69	723,00

Обед

47	Салат из квашеной капусты	100	1,06	0,17	8,52	40
110*	Борщ с капустой и картофелем с мясом цыплёнка и сметаной 250/25/10	285	6,5	8,86	13,5	149,8
290/330	Птица тушеная в сметанном соусе 50/50	100	11,78	10,12	2,93	150
312	Пюре картофельное	200	4,09	6,4	27,25	183
376	Чай с сахаром 200/15	215	0,07	0,02	15	60
	Конфета	20	1,32	5,28	11	97
	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,36	0,66	1,02	138
	Итого обед:	980	28,18	31,51	79,22	817,80

8 день

№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность			
			Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Завтрак						
209	Яйца вареные	40	5,08	4,6	0,28	63
182	Каша жидкая молочная пшеничная с маслом 200/10	210	7,51	11,72	37,05	285
379	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	101
	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,6	0,9	140
	Итого завтрак:	510,00	20,50	19,60	54,18	589,00

Обед

67	Винегрет овощной	100	1,4	10	7,3	125
139*	Суп картофельный с бобовыми и мясом цыплёнка 250/25	275	10,4	7,7	22,4	194
385/600*	Рыба «Аппетитная» с соусом сметанным	150	15,6	16,2	8,85	246
305	Рис припущенный	200	4,85	5,73	48,9	267
342	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	27,88	115
	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,36	0,66	1,02	138
	Итого обед:	985	35,77	40,45	116,35	1085,00

9 день

№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность			
			Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Завтрак						
173	Каша вязкая молочная гречневая 200/10	210	8,64	11,06	44,32	312
376	Чай с сахаром 200/15	215	0,07	0,02	15	60
338	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	47
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	0,45	70
	Итого завтрак:	555,00	11,48	11,78	69,57	489,00

Обед

54	Салат из свеклы с яблоками	100	1,1	6,1	11,2	104
135*	Суп из овощей со сметаной 250/10	260	2,5	5,96	12,7	115,8
265	Плов	150	12,62	28,17	25,89	408
	Кондитерское изделие	25	1,32	5,28	11	97
348	Компот и кураги	200	0,78	0,05	27,63	114,8
	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,36	0,66	1,02	138
	Итого обед:	795	21,68	46,22	89,44	977,6

10 день

№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность			
			Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Завтрак						
3	Бутерброды с сыром	50	5,8	8,3	14,83	157
120	Суп молочный с макаронными изделиями	200	4,38	3,8	14,4	120
377	Чай с лимоном 200/15/7	222	0,13	0,02	15,2	62
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	0,45	70
	Итого завтрак:	502,00	12,68	12,42	44,88	409,00

Обед

24	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	0,96	6,07	3,64	71
132*	Рассольник ленинградский с мясом цыплёнка и сметаной 250/25/10	285	7,5	8,16	20,5	178,8
280/331	Фрикадельки в соусе сметанном с томатом 55/50	105	6,98	16,77	10,61	224
312	Пюре картофельное	200	4,09	6,4	27,25	183
349	Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	32	133
	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,36	0,66	1,02	138
	Итого обед:	950	23,55	38,15	95,02	927,8