МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №19 ИМЕНИ ГЕРОЯ ГРАДАНСКОЙ ВОЙНЫ ИВАНА АНТОНОВИЧА КОЧУБЕЯ СТАНИЦЫ АЛЕКСАНДРОНЕВСКОЙ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ВЫСЕЛКОВСКИЙ РАЙОН

ПРИКАЗ

от 09.01.2024 г. № 13

станица Александроневская

Об утверждении примерных цикличных меню для обучающихся МБОУ ООШ № 19 им. И.А.Кочубея ст. Александроневской на осенне – зимний период

С целью 100 % охвата обучающихся общеобразовательных организаций бесплатным горячим питанием для обучающихся 1 - 4 классов и горячим питанием 5 - 9 классов, приказа управления образования администрации муниципального образования Выселковский район от 27 декабря 2023 года № 2057-ОД «Об утверждении примерных цикличных меню для обучающихся общеобразовательных организаций муниципального образования Выселковский район на осенне – зимний период», п р и к а з ы в а ю:

1. Утвердить примерное 10-ти дневное цикличное меню для обучающихся 7 - 11 лет (приложение 1), примерное 12-ти дневное цикличное меню для обучающихся 12 лет и старше(приложение 2) в МБОУ ООШ № 19 им. И.А.Кочубея ст. Александроневской 09 января 2024 года.

2. Ввести в действия примерное 10-ти дневное цикличное меню для обучающихся 7 – 11 лет (приложение 1), примерное 12-ти дневное цикличное меню для обучающихся 12 лет и старше (приложение 2) в МБОУ ООШ № 19 им. И.А.Кочубея ст. Александроневской с 09 января 2024 года.

3. Ознакомить с примерными цикличными меню повара.

4. Предоставить меню и технологические карты на проверку в МКУ МТПО УО МО Выселковский район в срок до 23 января 2024 года.

5. Обеспечить своевременную подачу заявок на продукты питания поставщикам: АО фирма «Агрокомплекс», ПК «Выселковское РайПО».

6. Обеспечить своевременную подачу заявок на продукты питания поставщиков: ООО фирма «Калория», АО фирма Агрокомплекс (яблоки), ИП Кавунов, ООО «КубаньОвощ» (приложение 3), ИП Дымов Д.А. в МКУ МТПО УО МО Выселковский район.

3. Контроль за выполнением приказа возложить на ответственного за питание Голубову И.А.

Директор: ДРОБЫШЕВА СВЕТЛАНА ИВАНОВНА

Подписан: ДРОБЫШЕВА СВЕТЛАНА ИВАНОВНА
DN: C=RU, S=Краснодарский край, L=ст. Александровская, T=Директор, O=МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №19 ИМЕНИ ГЕРОЯ ГРАЖДАНСКОЙ ВОЙНЫ ИВАНА АНТОНОВИЧА КОЧУБЕЯ СТАНИЦЫ АЛЕКСАНДРОНЕВСКОЙ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ВЫСЕЛКОВСКИЙ РАЙОН, СНИЛС=01330060409, ИНН=232801819801, E=school19@vis.kubannet.ru, G=СВЕТЛАНА ИВАНОВНА, SN=ДРОБЫШЕВА, CN=ДРОБЫШЕВА СВЕТЛАНА ИВАНОВНА
Основание: Я являюсь автором этого документа
Местоположение: место подписания
Дата: 2024-02-26 15:59:12
Foxit Reader Версия: 9.7.2

/Дробышева СИ./

ПРИЛОЖЕНИЕ № 1

к приказу МБОУ ООШ № 19
им. И. А. Кочубея ст.
Александроневской
№ 13 от 09.01. 2024 г.

Примерное цикличное меню для обучающихся 7-11 лет общеобразовательных организаций в Выселковском районе на осенне-зимний период

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюд	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Неделя 1							
День 1 завтрак (понедельник)							
	Омлет с сыром	150	12,3	15,8	8,7	340,5	342
	Икра кабачковая (промышленного производства)	60	1,0	3,2	5,4	54,6	7
	Компот из свежих фруктов	200	0,3	0,1	10,3	42,8	54-6хн
	Хлеб пшеничный	30	2,0	0,2	15,0	70,7	1
	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,6	41,3	2
	Фрукты свежие (груши, яблоки, мандарины)	100	0,5	0,0	10,6	41,0	8
	Итого:	**565**	**17,8**	**19,6**	**58,6**	**590,9**	
Обед							
	Рассольник ленинградский	200	2,4	3,6	16,1	108,0	132
	Биточек из мяса говядины	90	16,3	13,0	14,4	239,4	451
	Рагу из овощей	150	3,0	10,5	17,3	187,5	224
	Овощи свежие (огурцы)	60	0,4	0,0	1,9	9,0	21
	Хлеб пшеничный	25	1,7	0,2	12,5	58,9	5
	Хлеб ржаной	35	2,3	0,4	12,0	57,8	12
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,2	0,0	26,4	106,4	639
	Итого:	**760**	**26,3**	**27,6**	**100,6**	**767,0**	
Полдник							
	Сырники из творога со сметаной, 80/20/5	105	9,5	8,9	20,8	221,3	358
	Чай с молоком	200	1,6	1,1	8,7	50,9	54-4гн
	Фрукты свежие (груши, яблоки, мандарины)	100	0,5	0,0	10,6	41,0	8
	Итого:	**405**	**11,6**	**10,0**	**40,1**	**313,2**	
	Итого за день:	**1730**	**55,7**	**57,2**	**199,3**	**1671,1**	
День 2 завтрак (вторник)							
	Пудинг из творога запеченный со сметаной 160/15	175	15,6	13,9	42,0	363,8	235-Т
	Чай с молоком	200	1,6	1,1	8,7	50,9	54-4гн

	Хлеб пшеничный	25	1,7	0,2	12,5	58,9	5
	Кондитерское изделие (печенье)	20	1,5	1,9	14,8	70,4	9
	Фрукты свежие (груши, яблоки, мандарины)	100	0,5	0,0	10,6	41,0	8
	Итого:	**520**	**20,9**	**17,1**	**88,6**	**585,0**	
Обед							
	Суп-лапша домашняя	200	2,2	4,6	11,1	96,0	148
	Котлеты рубленные из птицы с соусом 100/20	120	15,6	13,7	15,5	269,7	498
	Каша гречневая вязкая	150	4,5	7,1	22,4	170,8	302
	Салат из белокачанной капусты	60	0,8	1,9	3,9	36,2	43
	Хлеб пшеничный	25	1,7	0,2	12,5	58,9	5
	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,6	41,3	2
	Сок натуральный фруктовый	200	1,0	0,0	20,2	84,9	18
	Итого:	**780**	**27,5**	**27,8**	**94,2**	**757,8**	
Полдник							
	Булочка сдобная	100	5,3	8,6	44,4	186,5	13
	Кисломолочный продукт, кефир (жир. 2,5 %)	180	5,4	4,5	7,2	92,0	14
	Фрукты свежие (груши, яблоки, мандарины)	100	0,5	0,0	10,6	41,0	8
	Итого:	**380**	**11,2**	**13,1**	**62,2**	**319,5**	
	Итого за день:	**1680**	**59,6**	**58,0**	**245,0**	**1662,3**	
День 3 завтрак (среда)							
	Суп молочный с макаронными изделиями	250	6,9	5,7	22,3	167,8	54-19к
	Какао с молоком	200	4,1	3,5	17,6	118,6	382
	Бутерброд с маслом и сыром, 35/10/15	60	6,0	11,9	17,7	202,3	10
	Хлеб пшеничный	25	1,7	0,2	12,5	58,9	5
	Фрукты свежие (груши, яблоки, мандарины)	100	0,5	0,0	10,6	41,0	8
	Итого:	**635,0**	**19,2**	**21,3**	**80,7**	**588,6**	
Обед							
	Суп картофельный с клецками	200	3,6	4,0	29,3	156,3	779
	Тефтели из мяса говядины	90	14,3	15,8	11,8	231,3	462
	Капуста тушеная	180	6,1	8,3	19,3	169,2	214
	Хлеб пшеничный	35	2,4	0,3	17,6	82,5	4
	Хлеб ржаной	35	2,3	0,4	12,0	57,8	12,00
	Фрукты свежие (груши, яблоки, мандарины)	100	0,5	0,0	10,6	41,0	8,00
	Чай с лимоном и сахаром, 200/7/7	200	0,3	0,0	6,7	27,9	54-3гн
	Итого:	**840**	**29,5**	**28,8**	**107,3**	**766,0**	
Полдник							
	Изделия макаронные отварные, запеченные с яйцом	200	10,9	11,5	40,8	286,0	252
	Чай с сахаром, 200/7	200	0,2	0,0	6,5	26,8	54-2гн
	Итого:	**400**	**11,1**	**11,5**	**47,3**	**312,8**	
	Итого за день:	**1875**	**59,7**	**61,6**	**235,3**	**1667,4**	

День 4 завтрак (четверг)							
	Котлета по - хлыновски (из мяса говядины)	100	6,7	11,0	9,8	164,9	454
	Картофельное пюре	150	3,2	8,3	21,8	189,0	520
	Икра свекольная	60	1,4	4,5	6,3	70,3	75
	Компот из свежих фруктов	200	0,3	0,1	10,3	42,8	54-6хн
	Хлеб пшеничный	35	2,4	0,3	17,6	82,5	4
	Фрукты свежие (груши, яблоки, мандарины)	100	0,5	0,0	10,6	41,0	8
	Итого	**645**	**14,4**	**24,2**	**76,4**	**590,5**	
Обед							
	Суп картофельный с горохом	200	5,0	4,5	17,8	133,6	139
	Биточек из мяса говядины	90	16,3	13,0	14,4	239,4	451
	Каша ячневая вязкая	150	3,2	6,0	21,3	153,0	302
	Овощи соленые (огурцы)	60	0,7	0,1	2,3	13,2	70-Т
	Хлеб пшеничный	25	1,7	0,2	12,5	58,9	5
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	17,2	82,6	22,00
	Сок натуральный фруктовый	200	1,0	0,0	20,2	84,9	18
	Итого:	**775**	**31,1**	**24,4**	**105,7**	**765,6**	
Полдник							
	Пирог фруктовый "Школьный"	100	9,3	10,9	18,3	172,3	459
	Кисель из сухофруктов	200	0,7	0,0	35,0	142,8	873
	Итого:	**300**	**10,0**	**10,9**	**53,3**	**315,1**	
	Итого за день:	**1720**	**55,5**	**59,5**	**235,4**	**1671,2**	
День 5 завтрак (пятница)							
	Салат из белокачанной капусты	60	0,8	1,9	3,9	36,2	43
	Макаронные изделия отварные	150	5,3	6,2	35,3	217,5	332
	Бефстроганов (мясо говядины)	100	16,4	12,3	8,7	203,0	423
	Хлеб пшеничный	20	1,4	0,2	10,0	37,5	3
	Кофейный напиток с молоком	200	6,1	2,7	16,0	101,0	379
	Итого	**530**	**29,9**	**23,2**	**73,9**	**595,2**	
Обед							
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	205	1,7	4,9	10,7	92,8	110
	Картофельное пюре	150	3,2	8,3	21,8	189,0	520
	Поджарка из рыбы	100	13,7	15,8	19,2	287,1	231
	Овощи свежие (помидоры)	60	0,4	0,0	2,5	11,4	23
	Хлеб пшеничный	25	1,7	0,2	12,5	58,9	5
	Хлеб ржаной	35	2,3	0,4	12,0	57,8	12,00
	Чай с сахаром, 200/7	200	0,2	0,0	6,5	26,8	54-2гн
	Фрукты свежие (груши, яблоки, мандарины)	100	0,5	0,0	10,6	41,0	8
	Итого:	**875**	**23,7**	**29,7**	**95,8**	**764,8**	
Полдник							
	Каша жидкая молочная рисовая	200	5,3	5,4	28,7	184,5	54-25к
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,2	0,0	26,4	106,4	639
	Хлеб пшеничный	10	0,7	0,1	5,0	18,8	15

	Итого:	**410,0**	**6,2**	**5,5**	**60,1**	**309,7**	
	Итого за день:	**1815**	**59,8**	**58,4**	**229,8**	**1669,7**	
Неделя 2							
День 6 завтрак (понедельник)							
	Салат из свеклы с зеленым горошком	80	1,3	3,3	6,5	61,7	34-Т
	Плов из птицы	200	17,3	10,3	33,2	308,0	492
	Чай с молоком	200	1,6	1,1	8,7	50,9	54-4гн
	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	7,2	0,1	65,6	96
	Хлеб пшеничный	30	2,0	0,2	15,0	70,7	1
	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,6	41,3	2
	Итого	**545**	**24,0**	**22,4**	**72,1**	**598,2**	
Обед							
	Суп с крупой и мясными фрикадельками	225	1,5	2,1	15,6	87,3	153
	Шницель из мяса говядины	90	14,3	11,5	14,8	234,9	451
	Рагу из овощей	150	3,0	10,5	17,3	187,5	224
	Кисель из фруктов	200	0,2	0,0	13,0	52,9	54-22хн
	Хлеб ржаной	30	2,0	0,4	10,3	49,6	24
	Хлеб пшеничный	35	2,4	0,3	17,6	82,5	4
	Итого:	**730**	**23,4**	**24,8**	**88,6**	**694,7**	
Полдник							
	Кофейный напиток с молоком	200	6,1	2,7	16,0	101,0	379
	Омлет натуральный	100	6,2	12,9	2,2	193,1	210
	Хлеб пшеничный	10	0,7	0,1	5,0	18,8	15
	Итого:	**310**	**13,0**	**15,7**	**23,2**	**312,9**	
	Итого за день:	**1585**	**60,4**	**62,9**	**183,8**	**1605,8**	
День 7 завтрак (вторник)							
	Каша жидкая молочная рисовая	250	6,5	6,9	35,8	230,6	54-25к
	Чай с сахаром, 200/7	200	0,2	0,0	6,5	26,8	54-2гн
	Бутерброд с маслом сливочным, 35/10	45	2,6	11,1	17,8	192,5	11
	Хлеб пшеничный	35	2,4	0,3	17,6	82,5	4
	Фрукты свежие (груши, яблоки, мандарины)	100	0,5	0,0	10,6	41,0	8
	Итого	**630**	**12,2**	**18,3**	**88,3**	**573,4**	
Обед							
	Суп картофельный с клецками	200	3,6	4,0	29,3	156,3	779
	Рыба, тушенная в томате с овощами 100/20	120	19,5	21	11,3	197,30	229
	Картофельное пюре	150	3,2	8,3	21,8	189,0	520
	Салат из квашеной капусты	60	0,8	2,3	3,8	38,6	47-Т
	Хлеб ржаной	35	2,3	0,4	12,0	57,8	12,00
	Компот из свежих фруктов	200	0,3	0,1	10,3	42,8	54-6хн
	Хлеб пшеничный	35	2,4	0,3	17,6	82,5	4
	Итого:	**800**	**32,0**	**36,4**	**106,1**	**764,3**	
Полдник							

	Сок натуральный фруктово-ягодный	200	1,0	0,0	20,2	84,9	16
	Вареники ленивые отварные с маслом сливочным, 92/8	100	9,9	8,4	18,4	231,9	355
	Итого:	**300**	**10,9**	**8,4**	**38,6**	**316,8**	
	Итого за день:	**1730**	**55,1**	**63,1**	**232,9**	**1654,5**	
День 8 завтрак (среда)							
	Салат из белокачанной капусты	60	0,8	1,9	3,9	36,2	43
	Гуляш из мяса говядины	90	10,1	5,9	4,8	112,7	437
	Каша гречневая вязкая	150	4,5	7,1	22,4	170,8	302
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,2	0,0	26,4	106,4	639
	Хлеб пшеничный	35	2,4	0,3	17,6	82,5	4
	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,6	41,3	2
	Фрукты свежие (груши, яблоки, мандарины)	100	0,5	0,0	10,6	41,0	8
	Итого:	**660**	**20,1**	**15,5**	**94,2**	**590,9**	
Обед							
	Борщ со сметаной	210	1,6	5,6	8,6	90,4	109
	Птица, тушённая в соусе с овощами 90/160	250	11,9	14,4	26,3	282,2	488
	Салат из свеклы с зеленым горошком	80	1,3	3,3	6,5	61,7	34-Т
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	17,2	82,6	22,00
	Хлеб пшеничный	70	4,7	0,6	35,1	164,9	25
	Сок натуральный фруктовый	200	1,0	0,0	20,2	84,9	18
	Итого:	**860**	**23,8**	**24,5**	**113,9**	**766,7**	
Полдник							
	Кисломолочный продукт, кефир (жир. 2,5 %)	180	5,4	4,5	7,2	92,0	14
	Омлет натуральный	100	6,2	12,9	2,2	193,1	210
	Хлеб ржаной	40	2,8	0,4	13,8	66,0	17
	Итого:	**320**	**14,4**	**17,8**	**23,2**	**351,1**	
	Итого за день:	**1840**	**58,3**	**57,8**	**231,4**	**1708,7**	
День 9 завтрак (четверг)							
	Рыба, тушенная в томате с овощами	90	13,5	12,2	8,5	148,0	229
	Картофельное пюре	150	3,2	8,3	21,8	189,0	520
	Какао с молоком	200	4,1	3,5	17,6	118,6	382
	Хлеб пшеничный	25	1,7	0,2	12,5	58,9	5
	Хлеб ржаной	35	2,3	0,4	12,0	57,8	12
	Овощи соленые (огурцы)	60	0,7	0,1	2,3	13,2	70-Т
	Итого	**560**	**25,5**	**24,7**	**74,7**	**585,5**	
Обед							
	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,5	3,4	8,0	70,4	124
	Плов из мяса говядины 90/160	250	11,3	19,6	43,5	390,6	779
	Салат из квашеной капусты	60	0,8	2,3	3,8	38,6	47-Т
	Хлеб пшеничный	35	2,4	0,3	17,6	82,5	4
	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,6	41,3	2,00
	Кофейный напиток с молоком	200	6,1	2,7	16,0	101,0	379
	Фрукты свежие (груши, яблоки,	100	0,5	0,0	10,6	41,0	8

	мандарины)						
	Итого:	**870**	**24,2**	**28,6**	**108,0**	**765,4**	
Полдник							
	Сок натуральный фруктовый	200	1,0	0,0	20,2	84,9	18
	Бутерброд с сыром, 35/30	65	7,8	5,6	23,1	169,5	19
	Кондитерское изделие (вафли)	35	1,5	1,9	24,8	78,4	9
	Итого:	**300**	**10,3**	**7,5**	**68,1**	**332,8**	
	Итого за день	**1730**	**59,9**	**60,8**	**250,8**	**1683,7**	
День 10 завтрак (пятница)							
	Запеканка из творога со сгущенным молоком 145/20	165	12,9	12,8	30,6	319,3	366
	Чай с лимоном и сахаром, 200/7/7	200	0,3	0,0	6,7	27,9	54-3гн
	Бутерброд с маслом и сыром, 35/10/15	60	6,0	11,9	17,7	202,3	10
	Фрукты свежие (груши, яблоки, мандарины)	100	0,5	0,0	10,6	41,0	8
	Итого	**525**	**19,7**	**24,7**	**65,6**	**590,5**	
Обед							
	Суп с макаронными изделиями и картофелем	200	2,2	2,3	7,9	61,6	143
	Овощи свежие (помидоры)	60	0,4	0,0	2,5	11,4	23
	Азу (мясо говядины) 90/160	250	17,4	13,4	24,3	302,5	438
	Хлеб пшеничный	35	2,4	0,3	17,6	82,5	4
	Хлеб ржаной	35	2,3	0,4	12,0	57,8	12,00
	Сок натуральный фруктовый	200	1,0	0,0	20,2	84,9	18
	Кондитерское изделия (печенье)	40	3,0	4,7	30,0	166,9	26
	Итого:	**820**	**28,7**	**21,1**	**114,5**	**767,6**	
Полдник							
	Булочка сдобная	100	5,3	8,6	44,4	186,5	13
	Кисломолочный продукт, снежок (жир. 2,5 %)	200	4,9	4,5	19,4	142,2	20
	Итого:	**300**	**10,2**	**13,1**	**63,8**	**328,7**	
	Итого за день:	**1645**	**58,6**	**58,9**	**243,9**	**1686,8**	
	Итого за весь период:	**17350**	**582,7**	**598,2**	**2287,6**	**16681,2**	

			Пищевые вещества		**Энергетическая ценность**	
			Б	**Ж**	**У**	
	Итого за день по СанПиН (65-75%)		50,05-57,75	51,35-59,25	217,75-251,25	1527,5-1

						7 6 2 , 5
	Фактически (СРЕДНЕЕ)	**1735,0**	**58,3**	**59,8**	**228,8**	**1 6 6 8 , 1**

"Цикличное меню составлено согласно СанПин 2.3/2.4.3590-20 ""Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения" (завтрак 25%, обед 30-35%, полдник 10-15%, энергитическая ценность 65-75%). Рецептуры блюд соответствуют «Сборнику рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах» под ред.Лапшиной В.Т.-2004г, ""Сборнику рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях"" под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна 2011г

ПРИЛОЖЕНИЕ № 2
к приказу МБОУ ООШ № 19
им. И. А. Кочубея ст.
Александроневской
№ 13 от 09.01. 2024 г.

Примерное цикличное меню для обучающихся 12 лет и старше общеобразовательных организаций в Выселковском районе на осенне - зимний период

Прием пищи	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества	Энергет	№

		блюд	Б	Ж	У	ическая ценность	рецептуры
Неделя 1							
День 1 завтрак (понедельник)							
	Омлет с сыром	180	14,5	19	10,4	379,20	342
	Икра кабачковая (промышленного производства)	100	1,7	5,3	9,0	91,0	7
	Компот из свежих фруктов	200	0,3	0,1	10,3	42,8	54-6хн
	Хлеб пшеничный	35	2,4	0,3	17,6	82,5	4
	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,6	41,3	2
	Фрукты свежие (груши, яблоки, мандарины)	100	0,5	0,0	10,6	41,0	8
	Итого:	**640**	**21,0**	**25,0**	**66,5**	**677,8**	
Обед							
	Рассольник ленинградский	250	3	4,5	22,1	135	132
	Биточек из мяса говядины	100	18,1	13,9	18,1	266	451
	Рагу из овощей	180	3,3	10,6	22,8	201,0	224
	Овощи свежие (огурцы)	100	0,7	0	3,2	15	
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	17,2	82,6	
	Хлеб пшеничный	60	4	0,4	30	141,4	29
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,2	0	26,4	106,40	639
	Итого:	**940**	**32,6**	**30,0**	**139,8**	**947,4**	
Полдник							
	Сырники из творога со сметаной, 115/20/5	140	11,6	11,9	29,7	285	358
	Чай с молоком	200	1,6	1,1	8,7	50,90	54-4гн
	Фрукты свежие (груши, яблоки, мандарины)	100	0,5	0,0	10,6	41,0	8
	Итого:	**440**	**13,7**	**13,0**	**49,0**	**376,9**	
	Итого за день:	**2020**	**67,3**	**68,0**	**255,3**	**2002,1**	
День 2 завтрак (вторник)							
	Пудинг из творога запеченный со сметаной 160/15	175	15,6	13,9	42,0	363,8	235-Т
	Чай с молоком	200	1,6	1,1	8,7	50,9	54-4гн
	Бутерброд с сыром, 35/15	50	5,9	4,7	16,3	136,3	19
	Кондитерское изделие (печенье)	25	1,9	2,4	18,5	88,0	9
	Фрукты свежие (груши, яблоки, мандарины)	100	0,5	0,0	10,6	41,0	8
	Итого:	**550**	**25,5**	**22,1**	**96,1**	**680,0**	
Обед							
	Суп-лапша домашняя	250	2,8	5,8	13,9	120,0	148
	Котлеты рубленные из птицы с соусом 100/20	120	15,6	13,7	15,5	269,7	498
	Салат из белокачанной капусты	100	1,3	3,2	6,5	60,3	43
	Каша гречневая вязкая	180	5,2	8,5	26,9	205,2	302
	Хлеб пшеничный	50	3,4	0,4	25,1	117,8	28

	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	17,2	82,6	22
	Сок натуральный фруктовый	200	1	0	20,2	84,9	18
	Итого:	**950**	**32,6**	**32,2**	**125,3**	**940,5**	
Полдник							
	Булочка сдобная	100	5,3	8,6	44,4	186,5	13
	Повидло	15	0,1	0	9,8	37,5	7
	Кисломолочный продукт, кефир (жир. 2,5 %)	200	6	5	8	102,2	32
	Фрукты свежие (груши, яблоки, мандарины)	100	0,5	0,0	10,6	41,0	8
	Итого:	**415**	**11,9**	**13,6**	**72,8**	**367,2**	
	Итого за день:	**1915**	**70,0**	**67,9**	**294,2**	**1987,7**	
День 3 завтрак (среда)							
	Суп молочный с макаронными изделиями	300	8,0	7,1	26,8	201,4	54-19к
	Какао с молоком	200	4,1	3,5	17,6	118,6	382
	Бутерброд с маслом и сыром, 35/10/15	60	6,0	11,9	17,7	202,3	10
	Хлеб пшеничный	35	2,4	0,3	17,6	82,5	4
	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,6	41,3	2
	Фрукты свежие (груши, яблоки, мандарины)	100	0,5	0,0	10,6	41,0	8
	Итого:	**720**	**22,6**	**23,1**	**98,9**	**687,1**	
Обед							
	Суп картофельный с клецками	250	4,2	5	33,6	195,4	779
	Тефтели из мяса говядины	100	15,5	19,6	13,1	257	462
	Капуста тушеная	180	6,1	8,3	19,3	169,2	214
	Хлеб пшеничный	70	4,7	0,6	35,1	164,9	30
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	17,2	82,6	22,00
	Фрукты свежие (груши, яблоки, мандарины)	100	0,5	0,0	10,6	41,0	8,00
	Чай с лимоном и сахаром, 200/7/7	200	0,3	0,0	6,7	27,9	54-3гн
	Итого:	**950**	**34,6**	**34,1**	**135,6**	**938,0**	
Полдник							
	Изделия макаронные отварные, запеченные с яйцом	200	10,9	11,5	40,8	286	252
	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,6	41,3	2
	Чай с сахаром, 200/7	200	0,2	0,0	6,5	26,8	54-2гн
	Итого:	**425**	**12,8**	**11,8**	**55,9**	**354,1**	
	Итого за день:	**2095**	**70,0**	**69,0**	**290,4**	**1979,2**	
День 4 завтрак (четверг)							
	Котлета по - хлыновски (из мяса говядины)	100	6,7	11,0	9,8	164,9	454
	Картофельное пюре	180	3,80	9,4	26,1	226,8	520
	Компот из свежих фруктов	200	0,3	0,1	10,3	42,8	54-6хн
	Хлеб пшеничный	35	2,4	0,3	17,6	82,5	4
	Икра свекольная	100	2,3	7,2	10,5	117,2	75

	Фрукты свежие (груши, яблоки, мандарины)	100	0,5	0,0	10,6	41,0	8
	Итого:	**715**	**16,0**	**28,0**	**84,9**	**675,2**	
Обед							
	Суп картофельный с горохом	250	5,8	5,3	22,3	167,0	139
	Биточек из мяса говядины	100	18,1	13,9	18,1	266,0	451
	Каша ячневая вязкая	180	3,7	6,9	25,6	183,6	302
	Овощи соленые (огурцы)	100	1,1	0,2	3,8	22,0	70-Т
	Хлеб пшеничный	50	3,4	0,4	25,1	117,8	28
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	17,2	82,6	22,00
	Сок натуральный фруктовый	200	1,0	0,0	20,2	84,9	18
	Итого:	**930**	**36,4**	**27,3**	**132,3**	**923,9**	
Полдник							
	Пирог фруктовый "Школьный"	150	13,4	15,1	27,5	241,2	459
	Кисель из сухофруктов	200	0,7	0,0	35,0	142,8	873
	Итого:	**350**	**14,10**	**15,10**	**62,50**	**384,00**	
	Итого за день:	**1995**	**66,5**	**70,5**	**279,7**	**1983,1**	
День 5 завтрак (пятница)							
	Салат из белокачанной капусты	100	1,3	3,2	6,5	60,3	43
	Макаронные изделия отварные	180	6,3	7,4	42,3	261,0	332
	Бефстроганов (мясо говядины)	100	16,4	12,3	8,7	203,0	423
	Хлеб ржаной	35	2,3	0,4	12,0	57,8	12
	Кофейный напиток с молоком	200	6,1	2,7	16,0	101,0	379
	Итого:	**615**	**32,4**	**26,0**	**85,5**	**683,1**	
Обед							
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	2	6,7	13	113,2	110
	Картофельное пюре	180	3,80	9,4	26,1	226,8	520
	Поджарка из рыбы	120	15,4	18,0	23,0	324,5	231-Т
	Овощи свежие (помидоры)	100	0,7	0	4,2	19,0	31
	Хлеб пшеничный	50	3,4	0,4	25,1	117,8	28
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	17,2	82,6	22,00
	Чай с сахаром, 200/7	200	0,2	0,0	6,5	26,8	54-2гн
	Фрукты свежие (груши, яблоки, мандарины)	100	0,5	0,0	10,6	41,0	8
	Итого:	**1050**	**29,3**	**35,1**	**125,7**	**951,7**	
Полдник							
	Каша жидкая молочная рисовая	250	6,5	6,9	35,8	230,6	54-25к
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,2	0,0	26,4	106,4	639
	Хлеб пшеничный	10	0,7	0,1	5,0	18,8	15,0
	Итого:	**460**	**7,4**	**7,0**	**67,2**	**355,8**	
	Итого за день:	**2125**	**69,1**	**68,2**	**278,3**	**1990,6**	
День 6 завтрак (суббота)							
	Бутерброд с маслом и сыром, 35/10/15	60	6,0	11,9	17,7	202,3	10
	Суп молочный с крупой	300	7	10,5	25,6	225,6	161

	(рисовой)						
	Какао с молоком	200	4,1	3,5	17,6	118,6	382
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	17,2	82,6	22
	Фрукты свежие (груши, яблоки, мандарины)	100	0,5	0,0	10,6	41,0	8
	Итого:	**710**	**20,9**	**26,5**	**88,7**	**670,1**	
Обед							
	Суп картофельный с клецками	250	4,2	5	33,6	195,4	779
	Птица, тушённая в соусе с овощами 100/180	280	13,3	16,1	32,7	336,9	488
	Сыр порционный	30	6,9	9	0	108	97
	Хлеб пшеничный	50	3,4	0,4	25,1	117,8	28
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	17,2	82,6	22
	Сок натуральный фруктово-ягодный	200	1,0	0,0	20,2	84,9	16
	Итого:	**860**	**32,1**	**31,1**	**128,8**	**925,6**	
Полдник							
	Суп молочный с гречневой крупой	250	6,2	6	19,9	162,4	54-17к
	Хлеб ржаной	35	2,3	0,4	12,0	57,8	12
	Хлеб пшеничный	35	2,4	0,3	17,6	82,5	4
	Чай с молоком	200	1,6	1,1	8,7	50,90	54-4гн
	Итого:	**520**	**12,5**	**7,8**	**58,2**	**353,6**	
	Итого за день:	**2090**	**65,5**	**65,5**	**275,7**	**1949,3**	
День 7 завтрак (понедельник)							
	Плов из птицы	250	19,6	17,9	41,5	385	492
	Чай с молоком	200	1,6	1,1	8,7	50,9	54-4гн
	Хлеб ржаной	30	2,0	0,4	10,3	49,6	24
	Хлеб пшеничный	50	3,4	0,4	25,1	117,8	28
	Салат из свеклы с зеленым горошком	100	1,6	5,2	10,2	87,10	34-Т
	Итого:	**630**	**28,2**	**25,0**	**95,8**	**690,4**	
Обед							
	Суп с крупой и мясными фрикадельками	250	1,6	2,7	19,3	119,9	153
	Шницель из мяса говядины	100	14,8	13,4	17,4	269	451
	Рагу из овощей	180	3,3	10,6	22,8	201,0	224
	Хлеб пшеничный	50	3,4	0,4	25,1	117,8	28
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	17,2	82,6	22
	Кисель из сухофруктов	200	0,7	0,0	35,0	142,8	873
	Итого:	**830**	**27,1**	**27,7**	**136,8**	**933,1**	
Полдник							
	Чай с молоком	200	1,6	1,1	8,7	50,90	54-4гн
	Омлет натуральный	100	6,2	12,9	2,2	193,1	210
	Хлеб пшеничный	50	3,4	0,4	25,1	117,8	28
	Итого:	**350**	**11,2**	**14,4**	**36,0**	**361,8**	
	Итого за день:	**1810**	**66,4**	**67,2**	**268,5**	**1985,3**	
Неделя 2							

День 8 завтрак (вторник)							
	Каша жидкая молочная рисовая	300	7,8	8,3	43,0	276,7	54-25к
	Чай с сахаром, 200/7	200	0,2	0,0	6,5	26,8	54-2гн
	Бутерброд с маслом и сыром, 35/10/15	60	6,0	11,9	17,7	202,3	10
	Хлеб пшеничный	35	2,4	0,3	17,6	82,5	4
	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,6	41,3	2
	Фрукты свежие (груши, яблоки, мандарины)	100	0,5	0,0	10,6	41,0	8
	Итого:	**720**	**18,5**	**20,8**	**104,0**	**670,6**	
Обед							
	Суп картофельный с клецками	250	4,2	5	33,6	195,4	779
	Рыба, тушенная в томате с овощами 100/20	120	18	19	11,3	197,30	229
	Картофельное пюре	180	3,80	9,4	26,1	226,8	520
	Салат из квашеной капусты	100	1,1	3,7	6,3	64,3	47-Т
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	17,2	82,6	22
	Хлеб пшеничный	70	4,7	0,6	35,1	164,9	30
	Компот из свежих фруктов	200	0,3	0,1	10,3	42,8	54-6хн
	Итого:	**970**	**35,4**	**38,4**	**139,9**	**974,1**	
Полдник							
	Сок натуральный ягодный	200	1,0	0,0	20,2	84,9	16
	Вареники ленивые отварные с маслом сливочным 130/10	140	12,2	9,2	23	261,9	355
	Хлеб пшеничный	10	0,7	0,1	5	18,8	15
	Итого:	**350**	**13,9**	**9,3**	**48,2**	**365,6**	
	Итого за день:	**2040**	**67,9**	**68,5**	**292,1**	**2010,3**	
День 9 завтрак (среда)							
	Салат из белокачанной капусты	100	1,3	3,2	6,5	60,3	43
	Гуляш из мяса говядины	100	10,9	6,5	5,3	125,2	437
	Каша гречневая вязкая	200	5,8	9,4	29,8	228	302
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,2	0,0	26,4	106,4	639
	Хлеб пшеничный	35	2,4	0,3	17,6	82,5	4
	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,6	41,3	2
	Фрукты свежие (груши, яблоки, мандарины)	100	0,5	0,0	10,6	41,0	8
	Итого:	**760**	**22,7**	**19,7**	**104,8**	**684,7**	
Обед							
	Борщ со сметаной	250	1,9	6	12,1	115,4	109
	Птица, тушённая в соусе с овощами 100/180	280	13,3	16,1	32,7	336,9	488
	Салат из свеклы с зеленым горошком	100	1,6	5,2	10,2	87,10	34-Т
	Хлеб ржаной	70	4,6	0,8	24,0	121,6	451
	Хлеб пшеничный	70	4,7	0,6	35,1	164,9	30
	Сок натуральный фруктово-ягодный	200	1,0	0,0	20,2	84,9	18
	Итого:	**970**	**27,1**	**28,7**	**134,3**	**910,8**	

Полдник							
	Кисломолочный продукт, кефир (жир. 2,5 %)	200	6	5	8	102,2	32
	Омлет натуральный	120	7,4	15,5	2,6	231,70	210
	Хлеб ржаной	30	2,0	0,4	10,3	49,6	24
	Итого:	**350**	**15,4**	**20,9**	**20,9**	**383,5**	
	Итого за день:	**2080**	**65,3**	**69,3**	**260,0**	**1979,0**	
День 10 завтрак (четверг)							
	Рыба, тушенная в томате с овощами	120	18,0	19,0	11,3	197,3	229
	Картофельное пюре	180	3,8	9,4	26,1	226,8	520
	Какао с молоком	200	4,1	3,5	17,6	118,6	382
	Хлеб пшеничный	30	2,0	0,2	15,0	70,7	1
	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,6	41,3	2
	Овощи соленые (огурцы)	100	1,1	0,2	3,8	22,0	70-Т
	Итого:	**655**	**30,7**	**32,6**	**82,4**	**676,7**	
Обед							
	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,7	3,8	10,6	83,8	124
	Плов из мяса говядины 100/180	280	11,8	20,4	54,1	456,2	779
	Салат из квашеной капусты	100	1,1	3,7	6,3	64,3	47-Т
	Хлеб пшеничный	50	3,4	0,4	25,1	117,8	28
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	17,2	82,6	22,00
	Кофейный напиток с молоком	200	6,1	2,7	16,0	101,0	379-Т
	Фрукты свежие (груши, яблоки, мандарины)	100	0,5	0,0	10,6	41,0	8
	Итого:	**1030**	**27,9**	**31,6**	**139,8**	**946,7**	
Полдник							
	Сок натуральный фруктовый	200	1,0	0,0	20,2	84,9	18
	Яйцо отварное	52,2	4,5	4	0,3	56,6	337
	Хлеб ржаной	20	1,4	0,2	6,9	33,0	17
	Хлеб пшеничный	30	2,0	0,2	15,0	70,7	1
	Кондитерское изделие (вафли)	50	2,0	2,7	33,0	135,0	
	Итого:	**352,2**	**9,9**	**7,1**	**55,2**	**380,2**	
	Итого за день:	**2037**	**68,4**	**71,3**	**277,4**	**2003,6**	
День 11 завтрак (пятница)							
	Запеканка из творога со сгущенным молоком,180/30	210	15,4	19,5	38,9	406,4	366
	Чай с лимоном и сахаром, 200/7/7	200	0,3	0,0	6,7	27,9	54-3гн
	Бутерброд с сыром, 35/15	50	5,9	4,7	16,3	136,3	19
	Хлеб ржаной	35	2,3	0,4	12,0	57,8	12
	Фрукты свежие (груши, яблоки, мандарины)	100	0,5	0,0	10,6	41,0	8
	Итого:	**595**	**24,4**	**24,6**	**84,5**	**669,4**	
Обед							
	Суп с макаронными изделиями и картофелем	250	2,50	3,7	8,5	87	143

	Овощи свежие (помидоры)	100	0,70	0	4,2	19	31
	Азу (мясо говядины) 115/185	300	19,40	20,1	27,1	363	438
	Хлеб пшеничный	70	4,70	0,6	35,1	164,9	30
	Хлеб ржаной	50	3,30	0,6	17,2	82,6	22
	Сок натуральный вишневый	200	1,00	0	20,2	102,0	
	Кондитерское изделие (печенье)	30	2,20	2,9	22,2	105,60	
	Итого:	**1000**	**33,8**	**27,9**	**134,5**	**924,1**	
Полдник							
	Булочка сдобная	100	5,3	8,6	44,4	186,50	13
	Кисломолочный продукт, снежок (жир. 2,5 %)	180	4,9	4,5	19,4	142,20	20
	Фрукты свежие (груши, яблоки, мандарины)	100	0,5	0,0	10,6	41,0	8
	Итого:	**380**	**10,7**	**13,1**	**74,4**	**369,7**	
	Итого за день:	**1975**	**68,9**	**65,6**	**293,5**	**1963,2**	
День 12 завтрак (суббота)							
	Поджарка из рыбы	120	15,4	18,0	23,0	324,5	231-Т
	Картофельное пюре	180	3,80	9,4	26,1	226,8	520
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,2	0	26,4	106,40	639
	Овощи свежие (огурцы)	30	0,2	0	1	4,5	
	Хлеб ржаной	20	1,4	0,2	6,9	33,0	17
	Итого:	**550**	**21,0**	**27,6**	**83,4**	**695,2**	
Обед							
	Рассольник ленинградский	250	3	4,5	22,1	135	132
	Хлеб пшеничный	70	4,7	0,6	35,1	164,9	30
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	17,2	82,6	22
	Птица жареная	100	18,7	14,3	1,1	215,0	494
	Каша ячневая вязкая	180	3,7	6,9	25,6	183,6	302
	Кисель из сока	200	0,7	0,0	35,0	142,8	644
	Итого:	**850**	**34,1**	**26,9**	**136,1**	**923,9**	
Полдник							
	Яйцо отварное	52,2	4,5	4	0,3	56,6	337
	Икра кабачковая (промышленного производства)	80	1,4	4,2	7,2	72,8	
	Хлеб пшеничный	20	1,4	0,2	10,0	37,6	1
	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,6	41,3	2
	Кисель из сухофруктов	200	0,7	0	35	142,8	873
	Итого:	**377**	**9,7**	**8,7**	**61,1**	**351,1**	
	Итого за день:	**1777**	**64,8**	**63,2**	**280,6**	**1970,2**	
	Итого за весь период:	**23959**	**810**	**814**	**3346**	**23804**	
			Пищевые вещества			**Энергетическая ценность**	
			Б	**Ж**	**У**		
	Итого за день по СанПиН (65-		58,5-	59,8-	248,95	1768-2040	

	75%)		67,5	69,0	-287,25		
	Фактически (СРЕДНЕЕ)	**1996,62**	**67,50**	**67,85**	**278,81**	**1983,63**	

"Цикличное меню составлено согласно СанПин 2.3/2.4.3590-20 ""Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения" (завтрак 25%, обед 30-35%, полдник 10-15%, энергитическая ценность 65-75%). Рецептуры блюд соответствуют «Сборнику рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах» под ред.Лапшиной В.Т.-2004г, ""Сборнику рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях"" под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна 2011г