



УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ
АДМИНИСТРАЦИИ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ВЫСЕЛКОВСКИЙ РАЙОН

П Р И К А З

24.10.2022

№ 1522-08

станция Выселки

Об утверждении примерных циклических меню для обучающихся 1-4 и 5-11 классов общеобразовательных организаций муниципального образования Выселковский район в 2022-2023 учебном году

С целью 100 % охвата обучающихся общеобразовательных организаций бесплатным горячим питанием для обучающихся 1-4 классов и горячим питанием 5-11 классов в 2022-2023 учебном году, п р и к а з ы в а ю:

1. Руководителю МКУ МТПО (Китаев):

1.1. Направить в общеобразовательные организации примерное 10-ти дневное циклическое меню для обучающихся 1-4 классов (приложение 1), примерное 12-ти дневное циклическое меню для обучающихся 5-11 классов (приложение 2), в срок до 31 октября 2022 года.

2. Руководителям общеобразовательных организаций:

2.1. Утвердить примерное 10-ти дневное циклическое меню для обучающихся 1-4 классов (приложение 1), примерное 12-ти дневное циклическое меню для обучающихся 5-11 классов (приложение 2) в общеобразовательных организациях в срок до 3 ноября 2022 года.

2.2. Ввести в действия примерное 10-ти дневное циклическое меню для обучающихся 1-4 классов (приложение 1), примерное 12-ти дневное циклическое меню для обучающихся 5-11 классов (приложение 2) в общеобразовательных организациях с 7 ноября 2022 года.

2.3. Ознакомить с примерными меню поваров подведомственных общеобразовательных организаций.

2.4. Предоставить меню и технологические карты на проверку в МКУ МТПО УО МО Выселковский район специалисту Ю.С. Холодовой в срок до 3 ноября 2022 года.

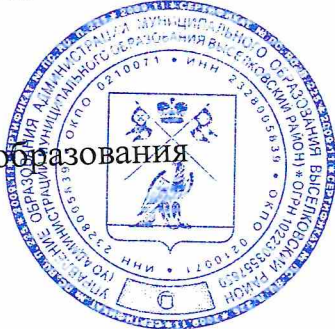
2.5. Обеспечить своевременную подачу заявок на продукты питания поставщикам: АО фирма «Агрокомплекс», ПК «Выселковское РайПО»,.

2.6. 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. Приказ от 13.09.2022 г. № 1257-ОД «Об утверждении примерных циклических меню для обучающихся 1-4 и 5-11 классов общеобразовательных организаций муниципального образования Выселковский район на осенне-зимний период в 2022-2023 учебном году» считать утратившим силу с 31.10.2022 года

4. Контроль за выполнением приказа оставляю за собой.

Начальник Управления образования



Л.А. Семина

Приложение 1 к приказу
Управления образования
администрации МО Выселковский район
от _____ № _____

Примерное цикличное меню для обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций
на учебный год (2022-2023г.) в Выселковском районе

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход-блюдо | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептур |
|-------------------------------------|--|-------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|------------|
| | | | Б | Ж | У | | |
| Неделя 1 | | | | | | | |
| День 1 завтрак (понедельник) | | | | | | | |
| | Омлет с сыром | 150 | 14,3 | 19,8 | 8,69 | 340,50 | 342 |
| | Овощи свежие (помидоры) | 60 | 0,42 | 0 | 2,5 | 11,40 | |
| | Кофейный напиток с молоком | 200 | 6,1 | 2,7 | 15,96 | 101 | 379-Т |
| | Хлеб пшеничный | 25 | 1,69 | 0,22 | 12,54 | 58,9 | |
| | Хлеб ржаной | 25 | 1,65 | 0,3 | 8,6 | 41,3 | |
| | Фрукты свежие (груши) | 100 | 0,5 | 0 | 10,6 | 41 | |
| | Итого: | 560 | 24,66 | 23,02 | 58,89 | 594,10 | |
| Обед | | | | | | | |
| | Рассольник ленинградский | 200 | 2,4 | 3,6 | 16,08 | 108,00 | 132 |
| | Биточек из мяса говядины | 90 | 14,31 | 12,96 | 14,4 | 234,9 | 451 |
| | Рагу из овощей | 150 | 3 | 10,45 | 17,25 | 187,5 | 224 |
| | Овощи свежие (огурцы) | 60 | 0,42 | 0 | 1,9 | 9,00 | |
| | Хлеб пшеничный | 25 | 1,69 | 0,22 | 12,54 | 58,9 | |
| | Хлеб ржаной | 25 | 1,65 | 0,3 | 8,6 | 41,3 | |
| | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,2 | 0 | 26,4 | 106,40 | 639 |
| | Фрукты свежие (яблоки) | 100 | 0,5 | 0 | 11,4 | 48 | |
| | Итого: | 850 | 24,17 | 27,53 | 108,57 | 794 | |
| Полдник | | | | | | | |
| | Сырники из творога со сметаной, 80/20/5 | 105 | 10,5 | 9,87 | 19,3 | 253,35 | 358 |
| | Чай с сахаром, 200/15 | 200 | 0,2 | 0 | 15 | 58,00 | 685 |
| | Итого: | 305 | 10,70 | 9,87 | 34,30 | 311,35 | |
| | Итого за день: | 1715 | 59,53 | 60,42 | 201,76 | 1699,45 | |
| День 2 завтрак (вторник) | | | | | | | |
| | Овощи соленые (огурцы) | 60 | 0,66 | 0,12 | 2,28 | 13,20 | 70-Т |
| | Котлета рыбная с соусом | 110 | 13,06 | 15,4 | 17,64 | 253,96 | 234-Т |
| | Картофель отварной | 150 | 2,48 | 4,27 | 19,53 | 144,73 | 105-Т |
| | Чай с лимоном, 200/15/7 | 200 | 0,31 | 0 | 15,21 | 60 | 686 |
| | Хлеб пшеничный | 25 | 1,69 | 0,22 | 12,54 | 58,9 | |
| | Фрукты свежие (груши) | 100 | 0,5 | 0 | 10,6 | 41 | |
| | Итого: | 645 | 18,70 | 20,01 | 77,80 | 571,79 | |
| Обед | | | | | | | |
| | Суп-лапша домашняя | 200 | 2,24 | 4,64 | 11,12 | 96 | 148 |
| | Котлеты рубленые из птицы с соусом | 90 | 14,73 | 11,57 | 16,17 | 229,65 | 498 |
| | Каша гречневая вязкая | 150 | 4,5 | 7,05 | 22,35 | 171 | 302 |
| | Овощи свежие (помидоры) | 60 | 0,42 | 0 | 2,5 | 11,40 | |
| | Хлеб пшеничный | 35 | 2,37 | 0,31 | 17,56 | 82,46 | |
| | Хлеб ржаной | 25 | 1,65 | 0,3 | 8,6 | 41,3 | |
| | Кисель из сока плодового или ягодного натурального | 200 | 0,2 | 0 | 37,4 | 146,00 | 644 |
| | Фрукты свежие (яблоки) | 100 | 0,5 | 0 | 11,4 | 48 | |
| | Итого: | 860 | 26,61 | 23,87 | 127,1 | 825,81 | |
| Полдник | | | | | | | |
| | Булочка сдобная | 100 | 6,32 | 8,6 | 44,4 | 186,50 | |
| | Кисломолочный продукт, кефир (жир. 2,5 %) | 180 | 5,4 | 4,5 | 7,2 | 92,00 | |
| | Фрукты свежие (груши) | 100 | 0,5 | 0 | 10,6 | 41 | |
| | Итого: | 380 | 12,22 | 13,10 | 62,20 | 319,50 | |
| | Итого за день: | 1885 | 57,53 | 56,98 | 267,10 | 1717,10 | |
| День 3 завтрак (среда) | | | | | | | |
| | Салат из белокочанной капусты | 80 | 1,12 | 4,08 | 7,12 | 28,00 | 43 |
| | Плов из птицы | 200 | 17,3 | 17,3 | 27,2 | 308,00 | 492 |
| | Сок натуральный | 200 | 1 | 0 | 20,23 | 84,92 | |
| | Масло сливочное (порциями) | 7 | 0,007 | 5,81 | 0,042 | 53,90 | 96 |
| | Хлеб пшеничный | 25 | 1,69 | 0,22 | 12,54 | 58,9 | |
| | Хлеб ржаной | 25 | 1,65 | 0,3 | 8,6 | 41,3 | |
| | Итого: | 537 | 22,77 | 27,71 | 75,73 | 575,02 | |
| Обед | | | | | | | |
| | Суп картофельный с клецками | 200 | 3,6 | 4,02 | 29,3 | 156,3 | 779 |
| | Тефтели из мяса говядины | 90 | 14,6 | 15,8 | 11,79 | 231,3 | 462 |
| | Капуста тушеная | 150 | 5,9 | 6,9 | 16,05 | 141 | 214 |
| | Хлеб пшеничный | 25 | 1,69 | 0,22 | 12,54 | 58,9 | |
| | Хлеб ржаной | 25 | 1,65 | 0,3 | 8,6 | 41,3 | |
| | Кисель из сухофруктов | 200 | 0,7 | 0 | 35 | 142,8 | 873 |
| | Фрукты свежие (груши) | 100 | 0,5 | 0 | 10,6 | 41 | |
| | Итого: | 790 | 28,64 | 27,24 | 123,88 | 812,6 | |
| Полдник | | | | | | | |
| | Компот из свежих плодов | 200 | 0,2 | 0 | 35,8 | 142,00 | 631 |
| | Кондитерское изделие (печенье) | 30 | 2,3 | 3,54 | 22,5 | 125,2 | |
| | Фрукты свежие (яблоки) | 100 | 0,5 | 0 | 11,4 | 48 | |
| | Итого: | 330 | 3,00 | 3,54 | 69,70 | 315,20 | |
| | Итого за день: | 1657 | 54,41 | 58,49 | 269,31 | 1702,82 | |

| | | | | | | | |
|-------------------------------------|--|---------------|--------------|--------------|---------------|----------------|-------|
| День 4 завтрак (четверг) | | | | | | | |
| | Котлета по - Хльновски (из мяса говядины) | 100 | 6,7 | 11,01 | 9,8 | 164,88 | 454 |
| | Каша пшеничная вязкая | 150 | 4,5 | 6,15 | 24,9 | 178,50 | 297 |
| | Салат из свежлы с зеленым горошком | 60 | 0,99 | 2,5 | 4,9 | 46,26 | 34-Т |
| | Напиток из шиповника (промышленного производства) | 200 | 0,5 | 0 | 15,2 | 62,80 | |
| | Хлеб пшеничный | 35 | 2,37 | 0,31 | 17,56 | 82,46 | |
| | Итого | 545 | 15,06 | 19,97 | 72,36 | 534,90 | |
| Обед | | | | | | | |
| | Борщ с капустой и картофелем со сметаной | 205 | 1,73 | 4,91 | 10,66 | 92,79 | 110 |
| | Картофельное пюре | 150 | 3,15 | 8,25 | 21,75 | 189,00 | 520 |
| | Котлеты рыбные с соусом | 120 | 14,25 | 16,8 | 19,24 | 277,05 | 234-Т |
| | Овощи свежие (огурцы) | 60 | 0,42 | 0 | 1,9 | 9,00 | |
| | Хлеб пшеничный | 35 | 2,37 | 0,31 | 17,56 | 82,46 | |
| | Хлеб ржаной | 35 | 2,31 | 0,42 | 12,04 | 57,82 | |
| | Чай с сахаром, 200/15 | 200 | 0,2 | 0 | 15 | 58,00 | 685 |
| | Фрукты свежие (яблоки) | 100 | 0,5 | 0 | 11,4 | 48 | |
| | Итого: | 905 | 24,93 | 30,69 | 109,55 | 814,12 | |
| Полдник | | | | | | | |
| | Вареники ленивые отворные со сметаной, маслом сливочным, 92/13/5 | 110 | 12,1 | 8,96 | 18,67 | 228,06 | 355 |
| | Кофейный напиток с молоком | 200 | 6,1 | 2,7 | 15,96 | 101 | 379-Т |
| | Итого: | 310 | 18,20 | 11,66 | 34,63 | 329,06 | |
| | Итого за день: | 1760 | 58,19 | 62,32 | 216,54 | 1678,08 | |
| День 5 завтрак (пятница) | | | | | | | |
| | Суп молочный с макаронными изделиями | 200 | 7,5 | 8,45 | 19,76 | 112,80 | 160 |
| | Какао с молоком | 200 | 4,9 | 5 | 32,5 | 190,00 | 693 |
| | Бутерброд с маслом сливочным, 25/10 | 35 | 1,7 | 8,52 | 13,41 | 136,00 | |
| | Хлеб пшеничный | 35 | 2,37 | 0,31 | 17,56 | 82,46 | |
| | Фрукты свежие (яблоки) | 100 | 0,5 | 0 | 11,4 | 48 | |
| | Итого | 570 | 16,97 | 22,28 | 94,63 | 569,26 | |
| Обед | | | | | | | |
| | Суп картофельный с горохом | 200 | 4,96 | 4,48 | 17,84 | 133,6 | 139 |
| | Биточек из мяса говядины | 90 | 14,31 | 12,96 | 14,4 | 234,9 | 451 |
| | Каша вязкая ячневая | 150 | 3,15 | 6 | 21,3 | 153 | 302 |
| | Овощи свежие (помидоры) | 60 | 0,42 | 0 | 2,5 | 11,40 | |
| | Хлеб пшеничный | 35 | 2,37 | 0,31 | 17,56 | 82,46 | |
| | Хлеб ржаной | 50 | 3,3 | 0,6 | 17,2 | 82,6 | |
| | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,2 | 0 | 26,4 | 106,40 | 639 |
| | Итого: | 785 | 28,71 | 24,35 | 117,2 | 804,36 | |
| Полдник | | | | | | | |
| | Пирог фруктовый "Школьный" | 100 | 9,3 | 10,9 | 18,3 | 172,31 | 459 |
| | Кисель из сока плодового или ягодного натурального | 200 | 0,2 | 0 | 37,4 | 146,00 | 644 |
| | Итого: | 300,0 | 9,50 | 10,90 | 55,70 | 318,31 | |
| | Итого за день: | 1655,0 | 55,18 | 57,53 | 267,53 | 1691,93 | |
| Неделя 2 | | | | | | | |
| День 6 завтрак (понедельник) | | | | | | | |
| | Суп молочный с крупой (рисовой) | 200 | 6,8 | 8,31 | 1,56 | 150,40 | 161 |
| | Кисель из сухофруктов | 200 | 0,7 | 0 | 35 | 142,8 | 873 |
| | Бутерброд с сыром, 35/20 | 55 | 7,8 | 5,61 | 23,06 | 154,5 | |
| | Хлеб пшеничный | 35 | 2,37 | 0,31 | 17,56 | 82,46 | |
| | Фрукты свежие (яблоки) | 100 | 0,5 | 0 | 11,4 | 48 | |
| | Итого | 590 | 18,17 | 14,23 | 88,58 | 578,16 | |
| Обед | | | | | | | |
| | Суп картофельный с клецками | 200 | 3,6 | 4,02 | 24,3 | 156,3 | 779 |
| | Рыба, тушенная в томате с овощами | 90 | 13,5 | 17,23 | 8,5 | 148,00 | 229 |
| | Картофельное пюре | 150 | 3,15 | 8,25 | 21,75 | 189,00 | 520 |
| | Салат из квашеной капусты | 60 | 0,77 | 2,25 | 3,8 | 38,57 | 47-Т |
| | Хлеб ржаной | 25 | 1,65 | 0,3 | 8,6 | 41,3 | |
| | Компот из свежих плодов | 200 | 0,2 | 0 | 35,8 | 142,00 | 631 |
| | Хлеб пшеничный | 35 | 2,37 | 0,31 | 17,56 | 82,46 | |
| | Итого: | 760 | 25,24 | 32,36 | 120,31 | 797,63 | |
| Полдник | | | | | | | |
| | Кондитерское изделие (печенье) | 25 | 1,88 | 2,95 | 18,73 | 104,30 | |
| | Какао с молоком | 200 | 4,9 | 5 | 32,5 | 190,00 | 693 |
| | Фрукты свежие (груши) | 100 | 0,5 | 0 | 10,6 | 41 | |
| | Итого: | 325 | 7,28 | 7,95 | 61,83 | 335,30 | |
| | Итого за день: | 1675 | 50,69 | 54,54 | 270,72 | 1711,09 | |
| День 7 завтрак (вторник) | | | | | | | |
| | Салат из свежих помидоров и огурцов | 80 | 0,9 | 0,29 | 4,64 | 34,60 | 59 |
| | Макаронные изделия отварные | 150 | 5,25 | 6,15 | 35,25 | 220,50 | 332 |
| | Бефстроганов (мясо говядины) | 100 | 16,4 | 12,3 | 8,65 | 203,00 | 423 |
| | Хлеб пшеничный | 25 | 1,69 | 0,22 | 12,54 | 58,9 | |
| | Чай с сахаром, 200/15 | 200 | 0,2 | 0 | 15 | 58,00 | 685 |
| | Итого | 555 | 24,44 | 18,96 | 76,08 | 575,00 | |
| Обед | | | | | | | |
| | Суп с крупой и мясными фрикадельками | 225 | 1,53 | 2,43 | 14,58 | 87,3 | 153 |
| | Шницель из мяса говядины | 90 | 14,31 | 12,96 | 14,4 | 234,90 | 451 |
| | Рагу из овощей | 150 | 3 | 10,4 | 17,25 | 187,5 | 224 |
| | Кисель из сока плодового или ягодного натурального | 200 | 0,2 | 0 | 37,4 | 146,00 | 644 |
| | Хлеб пшеничный | 50 | 3,38 | 0,44 | 25,08 | 117,8 | |
| | Фрукты свежие (груши) | 100 | 0,5 | 0 | 10,6 | 41 | |
| | Итого: | 815 | 22,92 | 26,23 | 119,31 | 814,5 | |
| Полдник | | | | | | | |
| | Напиток из шиповника (промышленного производства) | 200 | 0,5 | 0 | 15,2 | 62,80 | |
| | Вареники ленивые отворные со сметаной, маслом сливочным, 92/13/5 | 110 | 12,1 | 8,96 | 18,67 | 228,06 | 355 |
| | Фрукты свежие (яблоки) | 100 | 0,5 | 0 | 11,4 | 48 | |
| | Итого: | 410 | 13,10 | 8,96 | 45,27 | 338,86 | |
| | Итого за день: | 1780 | 60,46 | 54,15 | 240,66 | 1728,36 | |

| | | | | | | | |
|---|--|--------------|--------------|-------------------------|---------------|--------------------------------|--------|
| День 8 завтрак (среда) | | | | | | | |
| | Салат из белокачанной капусты | 80 | 1,12 | 4,08 | 7,12 | 28,00 | 43 |
| | Гуляш из мяса говядины | 90 | 10,1 | 5,9 | 4,8 | 119,00 | 437 |
| | Каша гречневая вязкая | 150 | 4,5 | 7,05 | 22,35 | 171 | 302 |
| | Кисломолочный продукт, кефир (жир. 2,5 %) | 180 | 5,4 | 4,5 | 7,2 | 92,00 | |
| | Хлеб пшеничный | 35 | 2,37 | 0,31 | 17,56 | 82,46 | |
| | Хлеб ржаной | 25 | 1,65 | 0,3 | 8,6 | 41,3 | |
| | Фрукты свежие (груши) | 100 | 0,5 | 0 | 10,6 | 41 | |
| | Итого: | 660 | 25,64 | 22,14 | 78,23 | 574,76 | |
| Обед | | | | | | | |
| | Борщ со сметаной | 210 | 1,62 | 5,58 | 8,6 | 90,38 | 109 |
| | Птица, тушенная в соусе с овощами | 250 | 11,87 | 10,41 | 26,3 | 297,5 | 488 |
| | Сыр порционный | 15 | 4 | 4 | 4,1 | 54 | 97 |
| | Салат из свеклы с зеленым горошком | 60 | 0,99 | 2,5 | 4,9 | 46,26 | 34-Т |
| | Хлеб ржаной | 50 | 3,3 | 0,6 | 17,2 | 82,6 | |
| | Хлеб пшеничный | 70 | 4,73 | 0,62 | 35,11 | 164,92 | |
| | Сок натуральный | 200 | 1 | 0 | 20,23 | 84,92 | 685 |
| | Итого: | 855 | 27,51 | 23,71 | 116,44 | 820,58 | |
| Полдник | | | | | | | |
| | Изделия макаронные отварные, запеченные с яйцом | 200 | 11,86 | 14 | 40,8 | 286 | 252 |
| | Чай с сахаром, 200/15 | 200 | 0,2 | 0 | 15 | 58,00 | 685 |
| | Итого: | 400,0 | 12,06 | 14,00 | 55,80 | 344,00 | |
| | Итого за день: | 1915 | 65,21 | 59,85 | 250,47 | 1739,34 | |
| День 9 завтрак (четверг) | | | | | | | |
| | Рыба, тушенная в томате с овощами | 90 | 13,5 | 17,23 | 8,5 | 148,00 | 229 |
| | Картофельное пюре | 150 | 3,15 | 8,25 | 21,75 | 189,00 | 520 |
| | Компот из свежих плодов | 200 | 0,2 | 0 | 35,8 | 142,00 | 631 |
| | Хлеб пшеничный | 25 | 1,69 | 0,22 | 12,54 | 58,9 | |
| | Овощи свежие (огурцы) | 60 | 0,42 | 0 | 1,9 | 9,00 | |
| | Хлеб ржаной | 25 | 1,65 | 0,3 | 8,6 | 41,3 | |
| | Итого: | 550 | 20,61 | 26,00 | 89,09 | 588,20 | |
| Обед | | | | | | | |
| | Щи из свежей капусты с картофелем | 200 | 1,6 | 3,44 | 8 | 70,4 | 124 |
| | Плов из мяса говядины | 250 | 13,78 | 19,6 | 43,5 | 360 | 779 |
| | Салат из свежих помидоров с луком | 60 | 1,68 | 4,71 | 5,83 | 47,46 | 14 |
| | Хлеб пшеничный | 35 | 2,37 | 0,31 | 17,56 | 82,46 | |
| | Хлеб ржаной | 35 | 2,31 | 0,42 | 12,04 | 57,82 | |
| | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,2 | 0 | 26,4 | 106,40 | 868 |
| | Фрукты свежие (яблоки) | 100 | 0,5 | 0 | 11,4 | 48 | |
| | Итого: | 880 | 22,44 | 28,48 | 124,73 | 772,54 | |
| Полдник | | | | | | | |
| | Какао с молоком | 200 | 4,9 | 5 | 32,5 | 190,00 | 693 |
| | Бутерброд с сыром, 25/10 | 35 | 4,4 | 2,9 | 15,3 | 95 | |
| | Фрукты свежие (груши) | 100 | 0,5 | 0 | 10,6 | 41 | |
| | Итого: | 335 | 9,80 | 7,90 | 58,40 | 326,00 | |
| | Итого за день: | 1765 | 52,85 | 62,38 | 272,22 | 1686,74 | |
| День 10 завтрак (пятница) | | | | | | | |
| | Запеканка из творога со стуженным молоком 145/15 | 160 | 17,91 | 14,75 | 30,59 | 302,85 | 366 |
| | Чай с лимоном, 200/15/7 | 200 | 0,31 | 0 | 15,21 | 60 | 686 |
| | Бутерброд с сыром, 35/20 | 55 | 7,8 | 5,61 | 23,06 | 154,5 | |
| | Фрукты свежие (яблоки) | 100 | 0,5 | 0 | 11,4 | 48 | |
| | Итого: | 515 | 26,52 | 20,36 | 80,26 | 565,35 | |
| Обед | | | | | | | |
| | Суп с макаронными изделиями и картофелем | 200 | 2,16 | 2,32 | 7,92 | 61,6 | 143 |
| | Овощи соленные (огурцы) | 60 | 0,66 | 0,12 | 2,28 | 13,20 | 70-Т |
| | Азу (мясо говядины) | 250 | 19,4 | 13,4 | 24,25 | 302,5 | 438 |
| | Хлеб пшеничный | 35 | 2,37 | 0,31 | 17,56 | 82,46 | |
| | Хлеб ржаной | 35 | 2,31 | 0,42 | 12,04 | 57,82 | |
| | Сок натуральный | 200 | 1 | 0 | 20,23 | 84,92 | |
| | Кондитерское изделия (печенье) | 40 | 3 | 4,7 | 29,97 | 166,9 | |
| | Итого: | 820 | 30,9 | 21,27 | 114,25 | 769,4 | |
| Полдник | | | | | | | |
| | Булочка сдобная | 100 | 6,32 | 8,6 | 44,4 | 186,50 | |
| | Кисломолочный продукт, кефир (жир. 2,5 %) | 180 | 5,4 | 4,5 | 7,2 | 92,00 | |
| | Фрукты свежие (груши) | 100 | 0,5 | 0 | 10,6 | 41 | |
| | Итого: | 380 | 12,22 | 13,10 | 62,20 | 319,50 | |
| | Итого за день: | 1715 | 69,64 | 54,73 | 256,71 | 1654,25 | |
| | Итого за весь период: | 17522 | 584 | 581 | 2513 | 17009 | |
| | | | | Пищевые вещества | | Энергетическая ценность | |
| | | | | Б | Ж | У | |
| Итого за день по СанПиН (60-75%) | | | | 77 | 79 | 335 | 2350 |
| Фактически (СРЕДНЕ) | | | | 1752,20 | 58,37 | 58,14 | 251,30 |

"Циклическое меню составлено согласно СанПиН 2.4.2395-20, удовлетворяет эпидемиологические требования к организации общественного питания населения" (завтрак 20-25%, обед 10-13%, полдник 10-13%, энергетическая ценность 60-75%). Рецептуры блюд соответствуют «Сборнику рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах» под ред. Лапиной В.Т.-2004г., «Сборник рецептов на предприятиях для обучающихся всех образовательных учреждений» под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна 2011г.

Начальник Управления образования

Л.А.Семина

Приложение 2 к приказу
Управления образования
администрации МО Выселковский район
от _____ № _____

Примерное циклическое меню для обучающихся 5-11-х классов общеобразовательных организаций
на учебный год (2022-2023г.) в Выселковском районе.

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептур ы |
|-------------------------------------|--|----------------|------------------|--------------|---------------|----------------------------|--------------------|
| | | | Б | Ж | У | | |
| Неделя 1 | | | | | | | |
| День 1 завтрак (понедельник) | | | | | | | |
| | Омлет с сыром | 180 | 16,85 | 22,71 | 10,43 | 408,60 | 342 |
| | Овощи свежие (помидоры) | 100 | 0,7 | 0 | 4,16 | 19 | |
| | Кофейный напиток с молоком | 200 | 6,1 | 2,7 | 15,96 | 101 | 379-Т |
| | Хлеб пшеничный | 25 | 1,69 | 0,22 | 12,54 | 58,9 | |
| | Хлеб ржаной | 25 | 1,65 | 0,3 | 8,6 | 41,3 | |
| | Фрукты свежие (груши) | 100 | 0,5 | 0 | 10,6 | 41 | |
| | Итого: | 630 | 27,49 | 25,93 | 62,29 | 669,8 | |
| Обед | | | | | | | |
| | Рассольник ленинградский | 250 | 3 | 4,5 | 20,1 | 135 | 132 |
| | Биточек из мяса говядины | 100 | 15,6 | 14,4 | 18,1 | 261 | 451 |
| | Рагу из овощей | 180 | 3,6 | 12,3 | 20,7 | 225,00 | 224 |
| | Овощи свежие (огурцы) | 100 | 0,7 | 0 | 3,16 | 15 | |
| | Хлеб ржаной | 35 | 2,31 | 0,42 | 12,04 | 57,82 | |
| | Хлеб пшеничный | 35 | 2,37 | 0,31 | 17,56 | 82,46 | |
| | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,2 | 0 | 26,4 | 106,40 | 639 |
| | Фрукты свежие (яблоки) | 100 | 0,5 | 0 | 11,4 | 48 | |
| | Итого: | 1000 | 28,28 | 31,93 | 129,46 | 930,68 | |
| Полдник | | | | | | | |
| | Сырники из творога со сметаной, 125/20/5 | 150 | 15 | 14,1 | 25,7 | 328,8 | 358 |
| | Чай с сахаром, 200/15 | 200 | 0,2 | 0 | 15 | 58,00 | 685 |
| | Итого: | 350 | 15,20 | 14,10 | 40,70 | 386,80 | |
| | Итого за день: | 1980 | 70,97 | 71,96 | 232,45 | 1987,28 | |
| День 2 завтрак (вторник) | | | | | | | |
| | Овощи соленые (огурцы) | 100 | 1,1 | 0,2 | 3,8 | 22,00 | 70-Т |
| | Котлета рыбная с соусом | 120 | 14,25 | 16,8 | 17,4 | 277,05 | 234-Т |
| | Картофель отварной | 180 | 2,97 | 5,12 | 29,58 | 173,68 | 318-Т |
| | Чай с лимоном, 200/15/9 | 200 | 0,3 | 0 | 15,3 | 60,57 | 686 |
| | Хлеб пшеничный | 35 | 2,37 | 0,31 | 17,56 | 82,46 | |
| | Фрукты свежие (груши) | 100 | 0,5 | 0 | 10,6 | 41 | |
| | Итого: | 735 | 21,49 | 22,43 | 94,24 | 656,76 | |
| Обед | | | | | | | |
| | Суп-лапша домашняя | 250 | 2,8 | 5,8 | 13,9 | 120 | 148 |
| | Котлеты рубленые из птицы с соусом | 110 | 15,25 | 12,53 | 19,24 | 247,25 | 498 |
| | Овощи свежие (помидоры) | 100 | 0,7 | 0 | 4,16 | 19 | |
| | Каша гречневая вязкая | 180 | 5,4 | 8,46 | 26,82 | 205,2 | 302 |
| | Хлеб пшеничный | 35 | 2,37 | 0,31 | 17,56 | 82,46 | |
| | Хлеб ржаной | 25 | 1,65 | 0,3 | 8,6 | 41,3 | |
| | Кисель из сока плодового или ягодного натурального | 200 | 0,2 | 0 | 37,4 | 146,00 | 644 |
| | Фрукты свежие (яблоки) | 100 | 0,5 | 0 | 11,4 | 48 | |
| | Итого: | 1000 | 28,87 | 27,4 | 139,08 | 909,21 | |
| Полдник | | | | | | | |
| | Булочка сдобная | 100 | 6,32 | 8,6 | 44,4 | 186,50 | |
| | Сыр поционный | 10 | 2,6 | 2,6 | 2,73 | 36,00 | |
| | Кисломолочный продукт, кефир (жир. 2,5 %) | 200 | 6 | 5 | 8 | 102,00 | |
| | Фрукты свежие (груши) | 100 | 0,5 | 0 | 10,6 | 41 | |
| | Итого: | 410 | 15,42 | 16,20 | 65,73 | 365,50 | |
| | Итого за день: | 2145 | 65,78 | 66,03 | 299,05 | 1931,47 | |
| День 3 завтрак (среда) | | | | | | | |
| | Салат из белокочанной капусты | 100 | 1,4 | 5,1 | 8,9 | 35,00 | 43 |
| | Плов из птицы | 250 | 21,6 | 21,6 | 34 | 385 | 492 |
| | Сок натуральный | 200 | 1 | 0 | 20,23 | 84,92 | |
| | Масло сливочное (порциями) | 7 | 0,007 | 5,81 | 0,042 | 53,90 | 96 |
| | Хлеб пшеничный | 25 | 1,69 | 0,22 | 12,54 | 58,9 | |
| | Хлеб ржаной | 25 | 1,65 | 0,3 | 8,6 | 41,3 | |
| | Итого: | 607 | 27,347 | 33,03 | 84,312 | 659,02 | |
| Обед | | | | | | | |
| | Суп картофельный с клецками | 250 | 4,5 | 4,8 | 32,64 | 164,3 | 779 |
| | Тефтели из мяса говядины | 100 | 16,22 | 17,56 | 13,1 | 257 | 462 |
| | Капуста тушеная | 180 | 4,5 | 8,28 | 17,2 | 169,2 | 214 |
| | Хлеб пшеничный | 50 | 3,38 | 0,44 | 25,08 | 117,8 | |
| | Хлеб ржаной | 25 | 1,65 | 0,3 | 8,6 | 41,3 | |
| | Хлеб ржаной | 200 | 0,7 | 0 | 35 | 142,8 | 873 |
| | Кисель из сухофруктов | 100 | 0,5 | 0 | 10,6 | 41 | |
| | Фрукты свежие (груши) | 100 | 0,5 | 0 | 10,6 | 41 | |
| | Итого: | 905 | 31,45 | 31,38 | 142,22 | 933,4 | |
| Полдник | | | | | | | |
| | Компот из свежих плодов | 200 | 0,2 | 0 | 35,8 | 142,00 | 631 |
| | Кондитерское изделие (печенье) | 50 | 3,76 | 5,9 | 31,21 | 208,60 | |
| | Фрукты свежие (яблоки) | 100 | 0,5 | 0 | 11,4 | 48 | |
| | Итого: | 350 | 4,46 | 5,90 | 78,41 | 398,60 | |
| | Итого за день: | 1862 | 63,26 | 70,31 | 304,94 | 1991,02 | |

| | | | | | | | |
|-------------------------------------|---|---------------|--------------|--------------|---------------|----------------|-------|
| День 4 завтрак (четверг) | | | | | | | |
| | Котлета по-хмельски (без мяса говядины) | 100 | 6,7 | 11,01 | 9,8 | 164,88 | 454 |
| | Каша пшеничная вязкая | 180 | 5,4 | 7,38 | 29,88 | 214,20 | 297 |
| | Напиток из шиповника (промышленного производства) | 200 | 0,5 | 0 | 15,2 | 62,80 | |
| | Хлеб пшеничный | 50 | 3,38 | 0,44 | 25,08 | 117,8 | |
| | Салат из свеклы с зеленым горошком | 100 | 1,65 | 4,17 | 8,17 | 77,10 | 34-Т |
| | Итого | 630 | 17,63 | 23,00 | 88,13 | 636,78 | |
| Обед | | | | | | | |
| | Борщ с капустой и картофелем со сметаной | 250 | 2,26 | 6,7 | 13,46 | 121,98 | 110 |
| | Картофельное пюре | 180 | 3,78 | 9,3 | 26,1 | 226,8 | 520 |
| | Котлеты рыбные с луком | 120 | 14,25 | 16,8 | 19,24 | 277,05 | 234-Т |
| | Салат свежий (огурцы) | 100 | 0,7 | 0 | 3,16 | 15 | |
| | Хлеб пшеничный | 60 | 4,06 | 0,53 | 30,1 | 141,36 | |
| | Хлеб ржаной | 35 | 2,31 | 0,42 | 12,04 | 57,82 | |
| | Фрукты свежие (яблоки) | 100 | 0,5 | 0 | 11,4 | 48 | |
| | Чай с сахаром, 200/15 | 200 | 0,2 | 0 | 15 | 58,00 | 685 |
| | Итого: | 1045 | 28,06 | 34,35 | 136,5 | 946,01 | |
| Полдник | | | | | | | |
| | Вареники лепные отварные со сметаной, 130/15/5 | 150 | 16,5 | 12,22 | 25,46 | 291 | 355 |
| | Кофейный напиток с молоком | 200 | 6,1 | 2,7 | 15,96 | 101 | 379-Т |
| | Итого: | 350 | 22,60 | 14,92 | 41,42 | 392,00 | |
| | Итого за день: | 2025 | 68,29 | 72,27 | 260,05 | 1974,79 | |
| День 5 завтрак (пятница) | | | | | | | |
| | Суп молочный с макаронными изделиями | 250 | 9,4 | 10,54 | 22,21 | 141,00 | 160 |
| | Каша с молоком | 200 | 4,9 | 5 | 32,5 | 190,00 | 693 |
| | Бутерброд с маслом сливочным, 35/10 | 45 | 2,47 | 8,61 | 17,62 | 159,5 | |
| | Хлеб пшеничный | 35 | 2,37 | 0,31 | 17,56 | 82,46 | |
| | Фрукты свежие (яблоки) | 100 | 0,5 | 0 | 11,4 | 48 | |
| | Итого: | 630 | 19,64 | 24,48 | 101,29 | 620,96 | |
| Обед | | | | | | | |
| | Суп картофельный с горошком | 250 | 6,2 | 5,6 | 22,3 | 167 | 139 |
| | Выпечка из мяса говядины | 100 | 15,9 | 14,4 | 16 | 261 | 451 |
| | Каша ячменная вязкая | 180 | 3,78 | 7,2 | 25,56 | 183,6 | 302 |
| | Салат свежий (помидоры) | 100 | 0,7 | 0 | 4,16 | 19 | |
| | Хлеб пшеничный | 60 | 4,06 | 0,53 | 30,1 | 141,36 | |
| | Хлеб ржаной | 35 | 2,31 | 0,42 | 12,04 | 57,82 | |
| | Компот из смеси сульфруктов | 200 | 0,2 | 0 | 26,4 | 106,40 | 639 |
| | Итого: | 925 | 33,15 | 28,15 | 136,66 | 936,18 | |
| Полдник | | | | | | | |
| | Пирог фруктовый "Шкельский" | 150 | 13,95 | 16,35 | 35,26 | 258,47 | 459 |
| | Каша из сока плодового или ягодного натурального | 200 | 0,2 | 0 | 37,4 | 146,00 | 644 |
| | Итого: | 350 | 14,15 | 16,35 | 72,66 | 404,47 | |
| | Итого за день: | 1905,0 | 66,94 | 68,98 | 310,51 | 1961,61 | |
| День 6 завтрак (суббота) | | | | | | | |
| | Гудак из мяса говядины | 100 | 11,22 | 6,5 | 5,33 | 132,0 | 437 |
| | Каша гречневая вязкая | 200 | 6 | 9,4 | 29,8 | 228 | 302 |
| | Компот из смеси сульфруктов | 200 | 0,2 | 0 | 26,4 | 106,40 | 639 |
| | Хлеб ржаной | 35 | 2,31 | 0,42 | 12,04 | 57,82 | |
| | Хлеб пшеничный | 50 | 3,38 | 0,44 | 25,08 | 117,8 | |
| | Салат свежие (огурцы) | 100 | 1,1 | 0,2 | 3,8 | 22,50 | 70-Т |
| | Итого: | 685 | 24,21 | 16,96 | 102,45 | 664,92 | |
| Обед | | | | | | | |
| | Суп с макаронными изделиями и картофелем | 250 | 2,7 | 2,9 | 9,9 | 77 | 143 |
| | Птица, тушенная в соусе с овощами | 250 | 11,87 | 10,41 | 26,3 | 297,5 | 488 |
| | Сыр порционный | 15 | 4 | 4 | 4,1 | 54 | 97 |
| | Хлеб пшеничный | 85 | 5,75 | 0,7 | 42,64 | 200,3 | |
| | Хлеб ржаной | 50 | 3,3 | 0,6 | 17,2 | 82,6 | |
| | Фрукты свежие (яблоки) | 100 | 0,5 | 0 | 11,4 | 48 | |
| | Компот из смеси плодовой | 200 | 0,2 | 0 | 35,8 | 142,00 | 631 |
| | Итого: | 950 | 28,32 | 18,61 | 147,34 | 901,4 | |
| Полдник | | | | | | | |
| | Издалия макаронные отварные, заправленные с яйцом | 220 | 13,05 | 15,34 | 44,9 | 317,9 | 252 |
| | Чай с сахаром, 200/15 | 200 | 0,2 | 0 | 15 | 58,00 | 685 |
| | Итого: | 420 | 13,25 | 15,34 | 59,90 | 375,90 | |
| | Итого за день: | 2055 | 65,78 | 50,91 | 300,69 | 1941,32 | |
| Неделя 2 | | | | | | | |
| День 7 завтрак (воскресенье) | | | | | | | |
| | Суп молочный с крупой (рисовой) | 250 | 8,5 | 10,4 | 1,95 | 188 | 161 |
| | Каша из сульфруктов | 200 | 0,7 | 0 | 35 | 142,8 | 873 |
| | Хлеб пшеничный | 50 | 3,38 | 0,44 | 25,08 | 117,8 | |
| | Фрукты свежие (яблоки) | 100 | 0,5 | 0 | 11,4 | 48 | |
| | Бутерброд с сыром, 35/20 | 55 | 7,8 | 5,61 | 23,06 | 154,5 | |
| | Итого: | 655 | 20,88 | 16,45 | 96,49 | 651,10 | |
| Обед | | | | | | | |
| | Суп картофельный с клецками | 250 | 4,5 | 4,8 | 32,64 | 164,3 | 779 |
| | Рыба, тушенная в томате с овощами | 100 | 15 | 19,14 | 9,4 | 164,40 | 229 |
| | Картофельное пюре | 180 | 3,78 | 9,9 | 26,1 | 226,8 | 520 |
| | Салат из лимонной капусты | 100 | 1,28 | 3,75 | 6,3 | 64,28 | 47-Т |
| | Хлеб ржаной | 35 | 2,31 | 0,42 | 12,04 | 57,82 | |
| | Хлеб пшеничный | 35 | 2,37 | 0,31 | 17,56 | 82,46 | |
| | Компот из смеси плодовой | 200 | 0,2 | 0 | 35,8 | 142,00 | 631 |
| | Итого: | 900 | 29,44 | 38,32 | 139,84 | 902,06 | |
| Полдник | | | | | | | |
| | Кондитерские изделия (печенье) | 50 | 11 | 1,4 | 49,5 | 172,50 | |
| | Каша с молоком | 200 | 4,9 | 5 | 32,5 | 190,00 | 693 |
| | Фрукты свежие (груши) | 100 | 0,5 | 0 | 10,6 | 41 | |
| | Итого: | 350 | 16,40 | 6,40 | 92,60 | 403,50 | |
| | Итого за день: | 1985 | 66,72 | 61,17 | 328,93 | 1956,66 | |
| День 8 завтрак (вторник) | | | | | | | |
| | Салат из свежих помидоров и огурцов | 80 | 0,9 | 0,20 | 4,64 | 34,60 | 59 |
| | Макаронные изделия отварные | 180 | 6,3 | 7,38 | 42,3 | 264,6 | 332 |
| | Бифстек (мясо говядины) | 100 | 16,4 | 12,3 | 8,65 | 203,00 | 423 |
| | Хлеб пшеничный | 45 | 3,04 | 0,4 | 22,57 | 106,02 | |
| | Чай с сахаром, 200/15 | 200 | 0,2 | 0 | 15 | 58,00 | 685 |
| | Итого: | 605 | 26,84 | 20,37 | 93,16 | 666,22 | |
| Обед | | | | | | | |
| | Суп с крупой и мясом фаршом | 250 | 0,7 | 2,7 | 16,2 | 97 | 153 |
| | Хлеб пшеничный | 50 | 3,38 | 0,44 | 25,08 | 117,8 | |
| | Пшеница из мяса говядины | 100 | 15,89 | 14,4 | 16 | 261 | 451 |
| | Рагу из овощей | 180 | 3,6 | 12,3 | 20,7 | 225,00 | 224 |
| | Каша из сока плодового или ягодного натурального | 200 | 0,2 | 0 | 37,4 | 146,00 | 644 |
| | Фрукты свежие (груши) | 100 | 0,5 | 0 | 10,6 | 41 | |
| | Итого: | 880 | 24,27 | 25,84 | 125,98 | 887,8 | |
| Полдник | | | | | | | |
| | Напиток из шиповника (промышленного производства) | 200 | 0,5 | 0 | 15,2 | 62,80 | |
| | Вареники лепные отварные со сметаной, 130/15/5 | 150 | 16,5 | 12,22 | 25,5 | 291 | 355 |
| | Фрукты свежие (яблоки) | 100 | 0,5 | 0 | 11,4 | 48 | |
| | Итого: | 450 | 17,50 | 12,22 | 52,10 | 401,80 | |
| | Итого за день: | 1935 | 68,61 | 62,43 | 371,24 | 1958,82 | |

| День 9 завтрак (среда) | | | | | | | | |
|------------------------------|--|--------------|---------------|-------------------------|----------------|--------------------------------|---------------|----------------|
| | Салат из белочешной капусты | 80 | 1,12 | 4,08 | 7,12 | 28,00 | 43 | |
| | Творог из мяса говядины | 100 | 11,22 | 6,5 | 5,33 | 129,0 | 437 | |
| | Каша гречневая ячменная | 200 | 6 | 9,4 | 29,8 | 228 | 302 | |
| | Кисломолочный продукт, кефир (жир. 2,5 %) | 180 | 5,4 | 4,5 | 7,2 | 97,00 | | |
| | Хлеб пшеничный | 35 | 2,37 | 0,31 | 17,56 | 82,46 | | |
| | Хлеб ржаной | 25 | 1,65 | 0,3 | 8,6 | 41,3 | | |
| | Салат из свежих фруктов (груши) | 100 | 0,5 | 0 | 10,6 | 41 | | |
| | Итого: | 720 | 28,26 | 25,09 | 86,21 | 644,76 | | |
| Обед | | | | | | | | |
| | Борщ со свеклой | 250 | 1,56 | 6,6 | 10,66 | 108,98 | 109 | |
| | Плов традиционный в масле с овощами | 260 | 12,34 | 10,8 | 27,4 | 309,4 | 488 | |
| | Сыр пастообразный | 15 | 4 | 4 | 4,1 | 54 | 97 | |
| | Хлеб пшеничный | 60 | 4,06 | 0,53 | 30,1 | 141,36 | | |
| | Хлеб ржаной | 50 | 3,3 | 0,6 | 17,2 | 82,6 | | |
| | Салат из свежих и замороженных овощей | 100 | 1,65 | 4,17 | 8,17 | 77,10 | 34-Г | |
| | Сок натуральный | 200 | 1 | 0 | 20,23 | 84,92 | | |
| | Итого: | 935 | 28,31 | 26,7 | 117,86 | 858,36 | | |
| Полдник | | | | | | | | |
| | Изделия макаронные отварные, заправленные с маслом | 220 | 13,05 | 15,34 | 44,9 | 317,9 | 252 | |
| | Чай с сахаром, 200г/15 | 200 | 0,2 | 0 | 15 | 58,00 | 685 | |
| | Итого: | 420 | 13,25 | 15,34 | 59,90 | 375,90 | | |
| | Итого за день: | 2075 | 69,82 | 67,13 | 263,97 | 1879,02 | | |
| День 10 завтрак (четверг) | | | | | | | | |
| | Рыба, тушенная в томате с овощами | 100 | 15 | 19,14 | 9,4 | 164,40 | 229 | |
| | Картофельное пюре | 180 | 3,78 | 9,9 | 26,1 | 226,8 | 520 | |
| | Компот из свежих яблок | 200 | 0,2 | 0 | 35,8 | 142,00 | 631 | |
| | Хлеб пшеничный | 25 | 1,69 | 0,22 | 12,54 | 58,9 | | |
| | Хлеб ржаной | 25 | 1,65 | 0,3 | 8,6 | 41,3 | | |
| | Салат из свежих фруктов (груши) | 100 | 0,7 | 0 | 3,16 | 15 | | |
| | Итого: | 630 | 23,02 | 29,56 | 93,40 | 648,40 | | |
| Обед | | | | | | | | |
| | Щи из свежей капусты с картофелем | 250 | 2 | 4,3 | 10 | 88 | 124 | |
| | Плов из говядины | 250 | 13,78 | 19,6 | 43,5 | 360 | 779 | |
| | Салат из свежих помидоров с луком | 80 | 2,24 | 6,28 | 7,76 | 63,28 | 14 | |
| | Хлеб пшеничный | 60 | 4,06 | 0,53 | 30,1 | 141,36 | | |
| | Хлеб ржаной | 50 | 3,3 | 0,6 | 17,2 | 82,6 | | |
| | Компот из свежих сухофруктов | 200 | 0,2 | 0 | 26,4 | 106,40 | 868 | |
| | Салат из свежих фруктов (яблоки) | 100 | 0,5 | 0 | 11,4 | 48 | | |
| | Итого: | 990 | 26,08 | 31,31 | 146,36 | 887,64 | | |
| Полдник | | | | | | | | |
| | Каша с молоком | 200 | 4,9 | 5 | 32,5 | 190,00 | 693 | |
| | Бутерброд с сыром, 35/20 | 55 | 7,8 | 5,61 | 23,06 | 154,5 | | |
| | Фрукты свежие (груши) | 100 | 0,5 | 0 | 10,6 | 41 | | |
| | Итого: | 355 | 13,20 | 10,61 | 66,16 | 384,50 | | |
| | Итого за день: | 1975 | 62,30 | 71,48 | 306,12 | 1923,54 | | |
| День 11 завтрак (пятница) | | | | | | | | |
| | Запеканка из творога со ступеным молоком, 180/20 | 200 | 20,63 | 18,4 | 38,2 | 378,6 | 366 | |
| | Чай с лимоном, 200г/15/7 | 200 | 0,31 | 0 | 15,21 | 60 | 686 | |
| | Фрукты свежие (яблоки) | 100 | 0,5 | 0 | 11,4 | 48 | | |
| | Бутерброд с сыром, 35/20 | 55 | 7,8 | 5,61 | 23,06 | 154,5 | | |
| | Итого: | 555 | 29,24 | 24,01 | 87,87 | 641,10 | | |
| Обед | | | | | | | | |
| | Суп с макаронными изделиями и картофелем | 250 | 2,7 | 2,9 | 9,9 | 77 | 143 | |
| | Омлет сырный (омлет) | 100 | 1,1 | 0,2 | 3,8 | 22,00 | 70-Г | |
| | Аду (мясо говядины) | 300 | 20,45 | 16,08 | 29,1 | 363 | 438 | |
| | Хлеб пшеничный | 35 | 2,37 | 0,31 | 17,56 | 82,46 | | |
| | Хлеб ржаной | 35 | 2,31 | 0,42 | 12,04 | 57,82 | | |
| | Сок натуральный | 200 | 1 | 0 | 20,23 | 84,92 | | |
| | Кондитерские изделия (печенье) | 45 | 3,4 | 5,3 | 33,7 | 187,7 | | |
| | Итого: | 965 | 33,33 | 28,21 | 126,33 | 874,2 | | |
| Полдник | | | | | | | | |
| | Булочка сдобная | 100 | 6,32 | 8,6 | 44,4 | 186,50 | | |
| | Кисломолочный продукт, кефир (жир. 2,5 %) | 200 | 6 | 5 | 8 | 102,00 | | |
| | Сыр пастообразный | 10 | 2,6 | 2,6 | 2,73 | 36,00 | 97 | |
| | Фрукты свежие (груши) | 100 | 0,5 | 0 | 10,6 | 41 | | |
| | Итого: | 410 | 15,42 | 16,20 | 65,73 | 365,50 | | |
| | Итого за день: | 1930 | 77,99 | 65,42 | 279,93 | 1881,50 | | |
| День 12 завтрак (суббота) | | | | | | | | |
| | Бутерброд с сыром, 35/15 | 50 | 3,8 | 4,31 | 21,7 | 136,5 | | |
| | Суп молочный с крупой (гречневой) | 250 | 8,5 | 10,4 | 1,95 | 188 | 161 | |
| | Каша с молоком | 200 | 4,9 | 5 | 32,5 | 190,00 | 693 | |
| | Хлеб пшеничный | 25 | 1,69 | 0,22 | 12,54 | 58,9 | | |
| | Хлеб ржаной | 25 | 1,65 | 0,3 | 8,6 | 41,3 | | |
| | Салат из свежих фруктов (груши) | 100 | 0,5 | 0 | 10,6 | 41 | | |
| | Итого: | 650 | 21,04 | 20,23 | 87,89 | 655,7 | | |
| Обед | | | | | | | | |
| | Суп картофельный с горошком | 250 | 6,2 | 5,6 | 22,3 | 167 | 139 | |
| | Хлеб пшеничный | 35 | 2,37 | 0,31 | 17,56 | 82,46 | | |
| | Хлеб ржаной | 35 | 2,31 | 0,42 | 12,04 | 57,82 | | |
| | Пюре жареное | 100 | 18,7 | 15,3 | 0,6 | 215 | 494 | |
| | Рагу из овощей | 180 | 3,6 | 12,3 | 20,7 | 225,00 | 224 | |
| | Сок натуральный | 200 | 1 | 0 | 20,23 | 84,92 | 685 | |
| | Салат из свежих фруктов (яблоки) | 100 | 0,5 | 0 | 11,4 | 48 | | |
| | Итого: | 900 | 34,68 | 33,93 | 104,83 | 880,2 | | |
| Полдник | | | | | | | | |
| | Ябло отварное | 52,2 | 5,1 | 4,6 | 0,3 | 63 | 337 | |
| | Икра рыбачья | 100 | 1,9 | 8,9 | 7,7 | 119,0 | | |
| | Хлеб ржаной | 25 | 1,65 | 0,3 | 8,6 | 41,3 | | |
| | Компот из сухофруктов | 200 | 0,7 | 0 | 35 | 142,8 | 873 | |
| | Итого: | 377 | 9,25 | 13,80 | 51,60 | 366,10 | | |
| | Итого за день: | 1927 | 65,07 | 67,96 | 244,32 | 1902,00 | | |
| | Итого за весь период: | 23719 | 811,53 | 796,04 | 3413,20 | 23286,03 | | |
| | | | | Пищевые вещества | | Энергетическая ценность | | |
| | | | | Б | Ж | | У | |
| | | | | 90 | 92 | 383 | 2720 | |
| Итого за весь период: | | | | 1976,60 | 67,63 | 66,34 | 284,43 | 1940,50 |

Начальник учреждения образования
 Л.А.Семнина



Л.А.Семнина

Л.А.Семнина

Приложение 3
к приказу Управления образования
администрации муниципального образования
Выселковский район
от _____ № _____

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ №
ст-цы _____
_____ ФИО
подпись

_____ дата

Заявка на продукты питания ООО «КубаньОвощ»
на _____ дата

| № п/п | Наименование | Количество |
|-------|-----------------|------------|
| 1. | Картофель | |
| 2. | Лук | |
| 3. | Морковь | |
| 4. | Капуста свежая | |
| 5. | Свекла | |
| 6. | Огурцы свежие | |
| 7. | Помидоры свежие | |
| 8. | Огурцы соленые | |
| 9. | Лимон | |
| 10. | Укроп | |
| 11. | Зеленый лук | |
| 12. | Груша | |

Заявка на продукты питания ИП Кавунов С.Н.
на _____ дата

| № | Наименование | Количество |
|----|--------------|------------|
| 1. | Рыба | |

Заявка на продукты питания АО «Агрокомплекс»
на _____ дата

| № | Наименование | Количество |
|----|--------------|------------|
| 1. | Яблоки | |

Заявка на продукты питания «Калория»
на _____ дата

| № | Наименование | Количество |
|----|--------------|------------|
| 1. | Молоко | |

_____ ФИО (кладовщик/повар)

_____ Подпись

_____ Дата составления

Начальник Управления образования



Л.А. Семина