



**УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ МЕСТНОГО
САМОУПРАВЛЕНИЯ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ДИГОРСКИЙ РАЙОН**
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 2
ИМ. А. Н. КЕСАЕВА Г. ДИГОРЫ ДИГОРСКОГО РАЙОНА РСО-АЛАНИЯ

363410, РСО-Алания., Дигорский район, г. Дигора, ул. А.Н.Кесаева 32, (867)33 91-4-75
электронная почта: digshk2@mail.ru

Приказ №45

от 27.03.2023 г.

«Об утверждении примерного 10-дневного меню»

В соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», постановлением Главы АМС МО Дигорский район от 29.09.2020 г. №346 «Об обеспечении бесплатным питанием обучающихся в муниципальных образовательных учреждениях Дигорского района», постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 27.10.2020 № 32 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил и норм СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения"»

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Утвердить прилагаемое примерное циклическое 10-дневное меню обучающихся 1-4 классов.
2. Утвердить прилагаемое примерное циклическое 10-дневное меню обучающихся 5-11 классов.
3. Заведующей производством школьной столовой Бобряшовой Т.А. строго придерживаться разработанного примерного меню организованного питания обучающихся, не допуская замены по дням недели..
4. Контроль за исполнением настоящего приказа оставляю за собой.

Директор



М.А. Газдарова

Газдарова М.А.

Директор школы

УТВЕРЖДАЮ

Газдарова М.А.

27.03.2023 г

МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 5-11 КЛАССОВ

МБОУ СОШ №2 им. А.Н.Кесаева г. Дигора Дигорского района

2 - х недельное меню бесплатного льготного питания учащихся 5-11 классов, обучающихся в первую смену с 27.03.2023 г

Сезон: осенний

Возрастная категория: 12-18 лет

№ п/п	№ Рецептур	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
1	2	3	4	6	7	8	9
День 1	Завтрак:						
	16	Ветчина	15	5,08	4,69	0,00	62,5
	209/М	Яйцо вареное	40	5,08	4,6	0,28	62,8
	173/М	Каша молочная пшеничная с маслом сливочным	180/5	6,78	10,02	37,80	268,5
	377/М	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,05	0,01	10,16	40,9
		Хлеб пшеничный	60	3,04	0,4	19,32	93,0
	338/М	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4
		Итого:		20,43	20,12	77,36	572,2
День 2	Завтрак:						
		Купаты куриные	100	12,60	9,00	0,00	131,40
	139/М	Капуста тушеная	180	3,00	5,95	14,40	123,15
	388/М	Чай с сахаром	200/10	0,10	0,00	15,00	60,40
		Хлеб пшеничный	60	3,04	0,4	19,32	93,0
	338/М	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4
		Итого:		19,14	15,75	58,52	452,4
День 3	Завтрак:						
	14/М	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1
	268/М	Соус «Болоньезе»	100	10,50	8,20	1,70	122,6
	202/М	Макароны отварные	180	5,2	4,35	34,6	198,3
	378/М	Чай с молоком	200	1,45	1,25	12,38	66,6
		Хлеб пшеничный	60	3,04	0,4	19,32	93,0
		Итого:		20,31	21,45	68,08	546,6
День 4	Завтрак:						
	223/М	Запеканка из творога с молоком сгущенным	150-30	19,89	12,14	35,64	331,4
	379/М	Напиток кофейный на молоке	200	2,74	2,26	18,6	105,7
		Хлеб пшеничный	60	3,04	0,4	19,32	93,0
	338/М	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4
		Итого:		26,07	15,2	83,36	574,5
День 5	Завтрак:						
	15/М	Сыр полутвердый	15	3,9	3,92	0,0	50,9
	232/М	Рыба запеченная	100	12,09	2,56	3,38	84,9
	128/М	Картофельное пюре с маслом сливочным	180-5	3,07	4,71	22,03	142,8
	377/М	Чай с сахаром и лимоном	200/10/7	0,05	0,01	10,16	40,9
		Хлеб пшеничный	60	3,04	0,4	19,32	93,0
		Итого:		22,15	15,85	54,89	450,8
День 6	Завтрак:						
	291/М	Плов с курицей	180 /90	19,11	19,56	40,69	415,2
	388/М	Чай с сахаром	200/15	0,10	0,00	15,00	60,4
		Хлеб пшеничный	60	3,04	0,4	19,32	93,0
	338/М	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4
		Итого:		22,65	20,36	84,81	613,1
День 7	Завтрак:						
		Картофель	100	7,79	10,90	33,3	262,5
	209/М	Яйцо вареное	40	5,08	4,6	0,28	62,8
	382/М	Какао с молоком	200	3,37	2,85	14,71	98,0
		Хлеб пшеничный	60	3,04	0,4	19,32	93,0
		Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4
		Итого:		25,19	30,88	79,19	695,4

День 8	Завтрак:						
	14/М	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1
	279/М	Тефтели из говядины с соусом красным основным	90/30	10,70	11,60	12,88	198,72
	171/М	Каша гречневая рассыпчатая	150	4,35	6,32	29,69	193,0
	377/М	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,05	0,01	10,16	40,9
		Хлеб пшеничный	60	3,04	0,4	19,32	93,0
							0,0
Итого:				18,22	25,58	72,18	591,8
День 9	Завтрак:						
	223/М	Ватрушка с творогом	75	8,26	7,24	27,20	207,0
	294/М	Котлеты из индейки	100	9,29	8,81	7,06	144,7
	202/М	Макаронь отварные с маслом сливочным	180 /5	6,2	4,58	42,3	235,2
	378/М	Чай с молоком	200	1,45	1,25	12,38	66,6
		Хлеб пшеничный	60	3,04	0,4	19,32	93,0
							0,0
Итого:				28,24	22,28	108,26	746,5
День 10	Завтрак:						
	15/М	Сыр полутвердый	15	3,9	3,92	0	50,9
	232/М	Рыба запеченная	100	12,09	2,56	3,38	84,9
	128/М	Картофельное пюре с маслом сливочным	180-5	3,07	4,71	22,03	142,8
	377/М	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,05	0,01	10,16	40,9
		Хлеб пшеничный	40	3,04	0,4	19,32	93,0
							0,0
Итого:				18,43	23,09	70,25	562,5

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы

Газдарова М.А.

27.03.2023 г

МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 1-4 КЛАССОВ

МБОУ СОШ №2 им. А.Н.Кесарева г.Дигора Дигорского района

2 - х недельное меню бесплатного питания учащихся 1 - 4 классов, обучающихся в первую смену с 27.03.2023 г

Сезон: весенний

Возрастная категория: 7 лет

№ п/п	№ Рецептур	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
1	2	3	4	6	7	8	9
День 1	Завтрак:						
	16	Ветчина	15	5,08	4,69	0,00	62,5
	209/М	Яйцо вареное	40	5,08	4,6	0,28	62,8
	173/М	Каша молочная пшеничная с маслом сливочным	150/5	6,78	10,02	37,80	268,5
	377/М	Чай с сахаром и лимоном	180/10/7	0,05	0,01	10,16	40,9
		Хлеб пшеничный	40	3,04	0,4	19,32	93,0
	338/М	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	
		Итого:		20,43	20,12	77,36	572,2
День 2	Завтрак:						
		Купаты куриные	100	12,60	9,00	0,00	131,40
	139/М	Капуста тушеная	150	3,00	5,95	14,40	123,15
	388/М	Чай с сахаром	180/10	0,10	0,00	15,00	60,40
		Хлеб пшеничный	40	3,04	0,4	19,32	93,0
	338/М	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4
		Итого:		19,14	15,75	58,52	452,4
День 3	Завтрак:						
	14/М	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1
	268/М	Соус «Болоньезе»	90	10,50	8,20	1,70	122,6
	202/М	Макароны отварные	150	5,2	4,35	34,6	198,3
	378/М	Чай с молоком	180	1,45	1,25	12,38	66,6
		Хлеб пшеничный	40	3,04	0,4	19,32	93,0
		Итого:		20,31	21,45	68,08	546,6
День 4	Завтрак:						
	223/М	Запеканка из творога с молоком сгущенным	150/40	19,89	12,14	35,64	331,4
	379/М	Напиток кофейный на молоке	180	2,74	2,26	18,6	105,7
		Хлеб пшеничный	40	3,04	0,4	19,32	93,0
	338/М	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4
		Итого:		26,07	15,2	83,36	574,5
День 5	Завтрак:						
	15/М	Сыр полутвердый	15	3,9	3,92	0,0	50,9
	232/М	Рыба запеченная	90	12,09	2,56	3,38	84,9
	128/М	Картофельное пюре с маслом сливочным	150/5	3,07	4,71	22,03	142,8
	377/М	Чай с сахаром и лимоном	180/10/7	0,05	0,01	10,16	40,9
		Хлеб пшеничный	40	3,04	0,4	19,32	93,0
		Итого:		22,15	15,85	54,89	450,8
День 6	Завтрак:						
	291/М	Плов с курицей	150/90	19,11	19,56	40,69	415,2
	388/М	Чай с сахаром	180/10	0,10	0,00	15,00	60,4
		Хлеб пшеничный	40	3,04	0,4	19,32	93,0
	338/М	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4
		Итого:		22,65	20,36	84,81	613,1
День 7	Завтрак:						
		Картофджын	100	7,79	10,90	33,3	262,5
	209/М	Яйцо вареное	40	5,08	4,6	0,28	62,8
	382/М	Какао с молоком	180	3,37	2,85	14,71	98,0
		Хлеб пшеничный	40	3,04	0,4	19,32	93,0
		Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4
		Итого:		25,19	30,88	79,19	695,4

День 8	Завтрак:						
	14/М	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1
	279/М	Тефтели из говядины с соусом красным основным	90/30	10,70	11,60	12,88	198,72
	171/М	Каша гречневая рассыпчатая	150	4,35	6,32	29,69	193,0
	377/М	Чай с сахаром и лимоном	180/10/7	0,05	0,01	10,16	40,9
		Хлеб пшеничный	40	3,04	0,4	19,32	93,0
							0,0
		Итого:		18,22	25,58	72,18	591,8
День 9	Завтрак:						
	223/М	Ватрушка с творогом	75	8,26	7,24	27,20	207,0
	294/М	Котлеты из индейки	90	9,29	8,81	7,06	144,7
	202/М	Макароны отварные с маслом сливочным	150/5	6,2	4,58	42,3	235,2
	378/М	Чай с молоком	180	1,45	1,25	12,38	66,6
		Хлеб пшеничный	40	3,04	0,4	19,32	93,0
		Итого:		28,24	22,28	108,26	746,5
День 10	Завтрак:						
	15/М	Сыр полутвердый	15	3,9	3,92	0	50,9
	232/М	Рыба запеченная	90	12,09	2,56	3,38	84,9
	128/М	Картофельное пюре с маслом сливочным	150/5	3,07	4,71	22,03	142,8
	377/М	Чай с сахаром и лимоном	180/10/7	0,05	0,01	10,16	40,9
		Хлеб пшеничный	40	3,04	0,4	19,32	93,0
							0,0
		Итого:		18,43	23,09	70,25	562,5