

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ВОСТРОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ШКОЛА»
ВОЛЧИХИНСКОГО РАЙОНА АЛТАЙСКОГО КРАЯ

ПРИКАЗ

29.08.2023

№ 128 ОД

с. Вострово

Об утверждении примерного десятидневного
меню МКОУ «Востровская СШ» для 1- 4 классов,
5-11 классов, для детей ОВЗ.

В целях организации горячего питания в соответствии с требованиями СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения», Методическими рекомендациями по организации питания обучающихся и воспитанников образовательных учреждений»,

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Утвердить примерное десятидневное меню МКОУ «Востровская СШ» Волчихинского района Алтайского края для 1 – 4 классов, 5 – 11 классов, для детей ОВЗ.
2. Утвердить десятидневное меню для дошкольных групп МКОУ «Востровская СШ»
3. Контроль исполнения настоящего приказа оставляю за собой.



Директор школы

И. В. Турчина

И. В. Турчина

Примерное десятидневное меню
МКОУ «Востровская СШ» Волчихинского района
для 1-4 классов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки	жиры	углеводы	
День 1					
Суп с рыбными консервами	250	8.61	8.40	14.34	167.25
Котлета из мяса	70	19.8	14.6	15.0	261.1
Гречка с маслом	100	5.82	3.62	30.0	175.87
Чай с сахаром	200	0.12	-	12.04	48.64
Хлеб	40	2.3	0.2	15.1	71.0
		36.65	26.82	86.48	723.86
День 2					
Борщ на к/б со сметаной	250	5.49	5.28	16.23	135.75
Гуляш	60/50	19.72	17.89	4.86	168.2
Макароны с маслом	120	5.52	4.52	26.45	168.45
Кофейный напиток	200	2.79	3.19	19.71	118.69
Пряник	30	5.0	6.0	75.0	400
Хлеб	40	2.3	0.2	15.1	71.0
Фрукт					
		40.82	37.08	141.12	1062.09
День 3					
Суп крестьянский с крупой	250	2.31	7.74	15.43	143.59
Каша рисовая с мясом	200	24.33	20.69	33.71	418.37
Кисель	400	1.36	-	29.02	116.19
Хлеб	40	2.3	0.2	15.1	71.0
		30.3	28.63	93.26	749.15
День 4					
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2.34	3.89	13.61	98.79
Котлета из рыбы	75	9.33	2.78	4.77	81.36
Картофельное пюре	100	2.13	4.04	15.53	106.97
Компот из сухофруктов	200	0.56	-	27.89	113.79
Хлеб	40	2.3	0.2	15.1	71.0
		16.66	10.91	76.9	471.91
День 5					
Каша пшённая молочная с маслом	205	6.04	7.27	34.29	227.16
Батон с маслом	60	2.4	7.4	15.2	137.0
Сыр сливочный	16	6.96	8.85	-	109.2
Чай с сахаром	200	0.12	-	12.04	48.64
		8.56	14.67	61.53	412.8
День 6					

Суп с тушёным консервированным мясом	250	9.76	6.82	19.01	175.1
Тефтели из говядины с рисом	70	9.16	13.53	9.44	196.14
Пюре из гороха с маслом	100	23.06	5.12	50.84	328.18
Чай с сахаром	200	0.12	-	12.04	48.64
Хлеб	40	2.3	0.2	15.1	71.0
		44.4	25.67	106.43	819.06
День 7					
Суп картофельный с горохом	250	5.03	11.30	32.38	149.60
Котлета из мяса	70	19.8	14.6	15.0	261.1
Гречка с маслом	100	5.82	3.62	30.0	175.87
Кофейный напиток	200	2.79	3.19	19.71	118.69
Печенье	30	7.25	16.20	65.07	450.11
Хлеб	40	2.3	0.2	15.1	71.0
Фрукт					
		42.99	49.11	177.26	1226.37
День 8					
Борщ с капустой и картофелем на к/б со сметаной	250	5.49	5.28	16.23	135.75
Гуляш из говядины	100	21.68	24.21	6.74	331.53
Макароны отварные	120	3.68	3.53	23.55	140.73
Кисель	200	1.36	-	20.02	116.19
Хлеб	40	2.3	0.2	15.1	71.0
		30.92	34.6	85.22	770.56
День 9					
Суп картофельный с пшеном	250	2.83	2.86	21.76	124.09
Рыба тушёная с овощами в сметане	90	18.78	22.85	45.12	461.23
Картофельное пюре	100	2.13	4.04	15.53	106.97
Компот из сухофруктов	200	0.56	-	27.89	113.79
Хлеб	40	2.3	0.2	15.1	71.0
		27.66	31.97	133.4	931.08
День 10					
Каша манная молочная с маслом	200	7.24	7.03	40.74	256.81
Батон с маслом	60	2.4	7.4	15.2	137.0
Сыр сливочный	16	6.96	8.85	-	109.2
Чай с сахаром	200	0.12	-	12.04	48.64
		16.72	23.28	67.98	551.65

**Примерное двенадцатидневное меню
МКОУ «Востровская СШ» Волчихинского района
для 5-11 классов**

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки	жиры	углеводы	
День 1					
Котлета из мяса	70	19.8	14.6	15.0	261.1
Гречка с маслом	100	5.82	3.62	30.0	175.87
Чай с сахаром	200	0.12	-	12.04	48.64
Хлеб	40	2.3	0.2	15.1	71.0
		28.04	18.42	72.14	556.61
День 2					
Борщ на к/б со сметаной	250	5.49	5.28	16.23	135.75
Кофейный напиток	200	2.79	3.19	19.71	118.69
Пряник	30	5.0	6.0	75.0	400
Хлеб	40	2.3	0.2	15.1	71.0
		15.58	14.67	126.04	1380.83
День 3					
Каша рисовая с мясом	200	24.33	20.69	33.71	418.37
Кисель	200	1.36	-	29.02	116.19
Хлеб	40	2.3	0.2	15.1	71.0
		27.99	20.89	77.83	605.56
День 4					
Котлета из рыбы	75	9.33	2.78	4.77	81.36
Картофельное пюре	100	2.13	4.04	15.53	106.97
Компот из сухофруктов	200	0.56	-	27.89	113.79
Хлеб	40	2.3	0.2	15.1	71.0
		14.32	7.02	63.29	373.12
День 5					
Каша пшённая молочная с маслом	205	6.04	7.27	34.29	227.16
Батон с маслом	60	2.4	7.4	15.2	137.0
Сыр сливочный	16	6.96	8.85	-	109.2
Чай с сахаром	200	0.12	-	12.04	48.64
		15.52	23.52	61.53	522.0
День 6					
Тефтели из говядины с рисом	70	9.16	13.53	9.44	196.14
Пюре из гороха с маслом	100	23.06	5.12	50.84	328.18
Чай с сахаром	200	0.12	-	12.04	48.64
Хлеб	40	2.3	0.2	15.1	71.0
		34.64	18.85	87.42	643.96

День 7					
Суп картофельный с горохом	250	5.03	11.30	32.38	149.60
Кофейный напиток	200	2.79	3.19	19.71	118.69
Хлеб	40	2.3	0.2	15.1	71.0
Пряник	30	5.0	6.0	75.0	400
		15.12	20.69	142.19	739.29
День 8					
Гуляш из говядины	100	21.68	24.21	6.74	331.53
Макароны отварные	120	3.68	3.53	23.55	140.73
Кисель	200	1.36	-	20.02	116.19
Хлеб	40	2.3	0.2	15.1	71.0
		29.02	27.94	65.41	659.45
День 9					
Рыба тушёная с овощами в сметане	90	18.78	22.85	45.12	461.23
Картофельное пюре	100	2.13	4.04	15.53	106.97
Компот из сухофруктов	200	0.56	-	27.89	113.79
Хлеб	40	2.3	0.2	15.1	71.0
		23.77	27.09	103.64	639.2
День 10					
Каша манная молочная с маслом	200	7.24	7.03	40.74	256.81
Батон с маслом	60	2.4	7.4	15.2	137.0
Сыр сливочный	16	6.96	8.85	-	109.2
Чай с сахаром	200	0.12	-	12.04	48.64
		16.72	23.28	67.98	551.65

Примерное десятидневное меню
МКОУ «Востровская СШ» Волчихинского района
для детей ОВЗ

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки	жиры	углеводы	
День 1					
завтрак					
Каша пшённая молочная с маслом	205	6.04	7.27	34.29	227.16
Чай с сахаром	200	0.12	-	12.04	48.64
Хлеб	40	2.3	0.2	15.1	71.0
обед					
Суп с рыбными консервами	250	8.61	8.40	14.34	167.25
Котлета из мяса	70	19.8	14.6	15.0	261.1
Гречка с маслом	100	5.82	3.62	30.0	175.87
Чай с сахаром	200	0.12	-	12.04	48.64
Хлеб	40	2.3	0.2	15.1	71.0
		45.11	34.29	147.91	1070.67
День 2					
завтрак					
Каша рисовая молочная с маслом	205	3.1	4.6	25.1	152,7
Чай с сахаром	200	0.12	-	12.04	48.64
Хлеб	40	2.3	0.2	15.1	71.0
обед					
Борщ на к/б со сметаной	250	5.49	5.28	16.23	135.75
Гуляш	60/50	19.72	17.89	4.86	168.2
Макароны с маслом	120	5.52	4.52	26.45	168.45
Кофейный напиток	200	2.79	3.19	19.71	118.69
Пряник	30	5.0	6.0	75.0	400
Хлеб	40	2.3	0.2	15.1	71.0
Фрукт					
		46.34	41.88	193.36	1334.43
День 3					
завтрак					
Лапша молочная с маслом	205	3.8	4.9	17.8	131.1
Чай с сахаром	200	0.12	-	12.04	48.64
Хлеб	40	2.3	0.2	15.1	71.0
обед					
Суп крестьянский с крупой	250	2.31	7.74	15.43	143.59
Каша рисовая с мясом	200	24.33	20.69	33.71	418.37
Кисель	400	1.36	-	29.02	116.19
Хлеб	40	2.3	0.2	15.1	71.0
		36.52	33.73	138.2	999.89

День 4					
завтрак					
Каша манная с маслом	200	7.24	7.03	40.74	256.81
Чай с сахаром	200	0.12	-	12.04	48.64
Хлеб	40	2.3	0.2	15.1	71.0
обед					
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2.34	3.89	13.61	98.79
Котлета из рыбы	75	9.33	2.78	4.77	81.36
Картофельное пюре	100	2.13	4.04	15.53	106.97
Компот из сухофруктов	200	0.56	-	27.89	113.79
Хлеб	40	2.3	0.2	15.1	71.0
		23.32	18.14	144.78	848.36
День 5					
завтрак					
Булочка с повидлом	100	4.5	12	44	306
Чай с сахаром	200	0.12	-	12.4	48.64
обед					
Каша пшённая молочная с маслом	205	6.04	7.27	34.29	227.16
Батон с маслом	60	2.4	7.4	15.2	137.0
Сыр сливочный	16	6.96	8.85	-	109.2
Чай с сахаром	200	0.12	-	12.04	48.64
		13.18	26.67	117.93	767.44
День 6					
завтрак					
Каша манная с маслом	200	7.24	7.03	40.74	256.81
Чай с сахаром	200	0.12	-	12.04	48.64
Хлеб	40	2.3	0.2	15.1	71.0
обед					
Суп с тушёным консервированным мясом	250	9.76	6.82	19.01	175.1
Тефтели из говядины с рисом	70	9.16	13.53	9.44	196.14
Пюре из гороха с маслом	100	23.06	5.12	50.84	328.18
Чай с сахаром	200	0.12	-	12.04	48.64
Хлеб	40	2.3	0.2	15.1	71.0
		54.06	32.9	174.31	1195.51
День 7					
завтрак					
Лапша молочная с маслом	205	3.8	4.9	17.8	131.1
Чай с сахаром	200	0.12	-	12.04	48.64
Хлеб	40	2.3	0.2	15.1	71.0
обед					

Суп картофельный с горохом	250	5.03	11.30	32.38	149.60
Котлета из мяса	70	19.8	14.6	15.0	261.1
Гречка с маслом	100	5.82	3.62	30.0	175.87
Кофейный напиток	200	2.79	3.19	19.71	118.69
Печенье	30	7.25	16.20	65.07	450.11
Хлеб	40	2.3	0.2	15.1	71.0
Фрукт					
		49.21	54.21	222.2	1477.11
День 8					
завтрак					
Каша рисовая молочная с маслом	205	3.1	4.6	25.1	152,7
Чай с сахаром	200	0.12	-	12.04	48.64
Хлеб	40	2.3	0.2	15.1	71.0
обед					
Борщ с капустой и картофелем на к/б со сметаной	250	5.49	5.28	16.23	135.75
Гуляш из говядины	100	21.68	24.21	6.74	331.53
Макароны отварные	120	3.68	3.53	23.55	140.73
Кисель	200	1.36	-	20.02	116.19
Хлеб	40	2.3	0.2	15.1	71.0
		36.44	39.4	137.46	1042.9
День 9					
завтрак					
Каша пшённая молочная с маслом	205	6.04	7.27	34.29	227.16
Чай с сахаром	200	0.12	-	12.04	48.64
Хлеб	40	2.3	0.2	15.1	71.0
обед					
Суп картофельный с пшеном	250	2.83	2.86	21.76	124.09
Рыба тушёная с овощами в сметане	90	18.78	22.85	45.12	461.23
Картофельное пюре	100	2.13	4.04	15.53	106.97
Компот из сухофруктов	200	0.56	-	27.89	113.79
Хлеб	40	2.3	0.2	15.1	71.0
		36.12	39.44	194.83	1277.88
День 10					
завтрак					
Булочка с повидлом	100	4.5	12	44	306
Чай с сахаром	200	0.12	-	12.4	48.64
обед					
Каша манная молочная с маслом	200	7.24	7.03	40.74	256.81
Батон с маслом	60	2.4	7.4	15.2	137.0
Сыр сливочный	16	6.96	8.85	-	109.2
Чай с сахаром	200	0.12	-	12.04	48.64
		21.34	35.28	124.38	906.29

