



Муниципальное
бюджетное
общеобразовательное учреждение
«Дубенская основная
общеобразовательная школа»
Беляевского района
Оренбургской области

ПРИКАЗ

11.08.2022 № 102

п. Дубенский

Об организации горячего питания в МБОУ
«Дубенская основная общеобразовательная
школа» организациях Беляевского района

В целях сохранения и укрепления здоровья детей и подростков, совершенствования и повышения эффективности системы организации школьного питания, улучшения качества питания обучающихся образовательных организаций района, согласно приказа отдела образования № 184 от 28.07.2022 «Об организованном начале 2022-2023 учебного года в общеобразовательных организациях Оренбургской области», Положения «Об организации питания обучающихся дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования по основным общеобразовательным программам в муниципальных образовательных организациях Беляевского района», утвержденного постановлением администрации района от 14.04.2021 № 229-п, для реализации подпрограммы «Совершенствование организации питания учащихся в общеобразовательных организациях Беляевского района» муниципальной программы "Развитие системы образования Беляевского района на 2021 - 2024 годы», утвержденной постановлением администрации Беляевского района Оренбургской области от 14.04.2021 № 229-п, приказа отдела образования опеки и попечительства администрации муниципального образования Беляевский район от 10.08.2022 г. № 190 «Об организации горячего питания в образовательных организациях Беляевского района»

Приказываю:

1. Сотрудникам школы:

Продолжить работу совместно с органами здравоохранения, Роспотребнадзора, муниципальными образованиями по реализации подпрограммы «Совершенствование организации питания учащихся в общеобразовательных организациях Беляевского района» муниципальной программы "Развитие системы образования Беляевского района на 2021 - 2024 годы», утвержденной постановлением администрации Беляевского района Оренбургской области от 14.04.2021 № 229-п в части улучшения состояния здоровья детей в образовательной организации.

1.1. Организовать горячее питание для обучающихся согласно требований СанПиН

1.2. Организовать 4-х разовое горячее питание для воспитанников дошкольной группы согласно требований СанПиН 2.4.1.3049-13.

1.3. Питание организовать за счет средств федерального, областного бюджета, компенсационных выплат за счет собственных средств муниципального бюджета в размере 3 рублей 45 копеек за каждый день фактического посещения на каждого обучающегося, средств родителей (законных представителей), спонсорских средств.

1.4. Обеспечить детей и подростков в соответствии с возрастными и физиологическими потребностями в пищевых веществах и энергии.

1.5. Питание обучающихся и воспитанников дошкольной группы организовать согласно утвержденного примерного меню:

- для обучающихся 1-4 классов сезон осенне-зимний на 2022-2023 учебный год (Приложение 1);
- для обучающихся 5-9 классов сезон осенне-зимний на 2022-2023 учебный год (Приложение 2);
- для обучающихся 5-9 классов для детей с ОВЗ сезон осенне-зимний на 2022-2023 учебный год (Приложение 3);
- для воспитанников дошкольной группы в возрасте от 1-3 лет осенне-зимний сезон 2022-2023 уч.года (Приложение 4);
- для воспитанников дошкольной группы в возрасте от 3-7 лет осенне-зимний сезон 2022-2023 уч.года (Приложение 5);

1.6. Утвердить порядок питания обучающихся:

- режим работы столовой ежедневно с 8.00 до 16.00, выходной – суббота, воскресенье;
- график организации питания на переменах (Приложение 6);
- график дежурства педагогов в школьной столовой Приложение (7),
- порядок оформления заявок – 2 раза (понедельник) в месяц, ответственные повар школы Коваль О.В., повар дошкольной группы Тропман Т.В.

1.7. Организовать щадящее питание для детей, страдающих хроническими заболеваниями органов пищеварения и эндокринной системы.

1.8. Организовать обогащение готовых блюд школьного и дошкольного пищеблока витаминами (проведение ежедневной «С- витаминизации» готовых блюд аскорбиновой кислотой, использовать для питания детей продукты, обогащённые витаминами и микронутриентами),

1.9. Назначить ответственных за проведение ежедневной «С-витаминизации»:

- в дошкольной группе, воспитателя дошкольной группы Андронову Т.Г.;
- в образовательной организации, учителя истории и обществознания, Каримову Л.И.

1.10. Обеспечить высокое качество и безопасность питания обучающихся и воспитанников, в том числе в части улучшения рациона детского питания (по качественному и количественному составу), расширения ассортимента продуктов питания.

1.11. Организовать контроль за качеством и безопасностью питания обучающихся и воспитанников, назначенной комиссией ответственной за организацию питания (Приказ от 11.08.2022 № 101)

- Осуществлять контроль :

- за посещением столовой учащимися, в том числе получающими питание за счет бюджетных средств, учетом количества фактически отпущенных завтраков ,
- за санитарным состоянием пищеблока и обеденного зала.

Контроль обеспечения питанием обучающихся осуществлять не реже 1 раза в месяц, по результатам проверок составлять акты, справки.

1.12. Для оценки качества блюд по органолептическим показателям создать бракеражную комиссию в составе:

- для дошкольной группы: Глуховой В.Н., директора школы, Андроновой Т.Г., воспитатель дошкольной группы, Тропман Т.В., повара дошкольной группы;
- для образовательной организации: Глуховой В.Н., директора школы, классного руководителя (согласно графика), Коваль О.В., повара школы

2. Возлагаю на себя ответственность за:

2.1. Организацию производственного контроля, включающего лабораторно-инструментальные исследования;

2.2. Организацию контроля за поставкой сырья и продуктов питания в соответствии с санитарно-гигиеническими требованиями;

2.3. Увеличение удельного веса сельскохозяйственных предприятий, участвующих в поставке продуктов питания в образовательные организации.

2.4. Участие в проведении конкурсного отбора предприятий, обеспечивающих поставки пищевых продуктов в образовательные организации.

2.5. Обеспечение на пищеблоке наличия санитарных правил и другой необходимой документации, выполнение требований санитарных правил всеми работниками.

2.6. Обеспечение должного санитарного состояния нецентрализованных источников водоснабжения, при их наличии, и качество воды в них.

2.7. Обеспечение необходимых условий для соблюдения санитарных норм и правил на всех этапах приготовления и реализации блюд и изделий, гарантирующих их качество и безопасность для здоровья потребителей, исправную работу технологического, холодильного и другого оборудования, наличие достаточного количества производственного инвентаря, посуды, моющих, дезинфицирующих средств и других предметов материально-технического оснащения, проведение мероприятий по дезинфекции, дезинсекции и дератизации и т.п..

2.8. Принятие мер для улучшения профессионально-кадрового состава работников пищеблока, обеспечение приема на работу лиц, имеющих допуск по состоянию здоровья, прошедших профессиональную, гигиеническую подготовку и аттестацию.

2.9. Обеспечение ежедневного ведения необходимой документации (бракеражные журналы, журналы осмотров персонала на гнойничковые и острые респираторные заболевания и другие документы, в соответствии с санитарными правилами).

2.10. Приведение условий труда работников в соответствии с действующим законодательством Российской Федерации, санитарными правилами, гигиеническими нормативами.

2.11. Совершенствование системы просветительской работы в образовательной организации по организации рационального питания.

2.12. Обеспечение формирования у детей дошкольного и школьного возраста культуры здорового питания посредством повышения уровня информированности детей, родителей, учителей по вопросам полноценного питания.

2.13. Обеспечение исполнения санитарно-эпидемиологических требований к организации питания и на пищеблоке.

3. Контроль за исполнением настоящего приказа оставляю за собой.



Директор школы:

В.Н.Глухова

Разослано: в дело

Ознакомлены:

_____	Каримова Л.И.	_____
(подпись)	(расшифровка подписи)	(дата)
_____	Александрова Е.А	_____
(подпись)	(расшифровка подписи)	(дата)
_____	Бахтибаева К.Ж.	_____
(подпись)	(расшифровка подписи)	(дата)
_____	Кузнецова Т.К.	_____
(подпись)	(расшифровка подписи)	(дата)

(подпись) Гринева Н.Г.
(расшифровка подписи) _____
(дата)

(подпись) Пахомова С.Я.
(расшифровка подписи) _____
(дата)

(подпись) Андропова Т.Г..
(расшифровка подписи) _____
(дата)

(подпись) Тропман Т.В.
(расшифровка подписи) _____
(дата)

(подпись) Коваль О.В.
(расшифровка подписи) _____
(дата)

(подпись) Гринченко О.С.
(расшифровка подписи) _____
(дата)

**Примерное меню на 10 дней (завтраки) для обучающихся 1-4 классов
МБОУ «Дубенская основная общеобразовательная школа»
Беляевского района Оренбургской области
в 2022-2023 учебном году**

Сезон осенне-зимний

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг) (А – мкг рет.экв)					Минеральные вещества (мг)								№ Рецептуры	
		Б	Ж	У		В1	В2	А	D	С	Na	К	Ca	Mg	P	Fe	I	Se		F
<i>Неделя 1</i>																				
<i>День 1</i>																				
ЗАВТРАК																				
<i>Сыр твердых сортов в нарезке</i>	15	3,5	4,4	0	53,7	0,01	0,05	39	0,15	0,11	122	13	132	5,3	75	0,15	0	2,18	0	54-1з-2020
<i>Каша вязкая молочная кукурузная</i>	200	7,2	9,2	44	287,8	0,07	0,14	34,6	0,07	0,52	335	171	117	23	118	1,08	49	7,78	20	54-2к-2020
<i>Чай с сахаром</i>	200	0,2	0	6,4	26,8	0	0,01	0,3	0	0,04	0,7	20,8	4,5	3,8	7,2	0,73	0	0	0	54-2гн-2020
<i>Яблоко</i>	100	0,4	0,4	9,8	44,4	0,03	0,02	5	0	10	26	278	16	9	11	2,2	20	3	80	Пром.
<i>Хлеб пшеничный</i>	15	1,1	0,1	7,4	35,2	0,06	0,045	0	0	0,03	70,95	21,15	18,75	6,15	19,35	0,54	0	4,32	0	Пром.

<i>День 3</i>																				
ЗАВТРАК																				
<i>Запеканка из творога</i>	150	29,7	10,7	21,6	301,3	0,08	0,24	1174	0,23	2,12	176	271	140	50	200	1,2	28	17,9	81	<i>54-1т-2020</i>
<i>Джем из абрикосов</i>	20	0,1	0	14,4	57,9	0,002	0,004	10	0	0,48	0,4	30,4	2,4	1,8	3,6	0,08	0	0	0	<i>Пром.</i>
<i>Чай с сахаром</i>	200	0,2	0	6,4	26,8	0	0,01	0,3	0	0,04	0,7	20,8	4,5	3,8	7,2	0,73	0	0	0	<i>54-2гн-2020</i>
<i>Яблоко</i>	100	0,4	0,4	9,8	44,4	0,03	0,02	5	0	10	26	278	16	9	11	2,2	20	3	80	<i>Пром.</i>
<i>Хлеб пшеничный</i>	15	1,1	0,1	7,4	35,2	0,06	0,045	0	0	0,03	70,95	21,15	18,75	6,15	19,35	0,54	0	4,32	0	<i>Пром.</i>
<i>Хлеб ржаной</i>	15	1	0,2	5	25,6	0,03	0,014	0	0	0	60	36,6	4,95	8,55	29,1	0,68	0,48	0,83	3,6	<i>Пром.</i>
Итого за Завтрак	500	32,5	11,4	64,6	491,2	0,202	0,333	1189,3	0,23	12,67	334,05	657,95	186,6	79,3	270,25	5,43	48,48	26,05	164,6	
<i>Неделя 1</i>																				
<i>День 4</i>																				
ЗАВТРАК																				
<i>Салат из белокочанной капусты</i>	80	2	8,1	8,4	114,4	0,03	0,05	163	0	46,5	118	330	54	20	40	0,7	14,3	0,4	0	<i>54-7з-2020</i>
<i>Картофельное пюре</i>	150	3,1	5,3	19,8	139,4	0,12	0,11	23,8	0,09	10,2	162	625	39	28	84	1,03	28	0,78	43	<i>54-11г-2020</i>
<i>Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)</i>	90	12,3	6,7	5,7	132,4	0,09	0,12	56,3	0,28	0,27	162	344	110	46	226	0,78	141	1,7	587	<i>54-11р-2020</i>
<i>Чай с лимоном и</i>	200	0,2	0,1	6,6	27,9	0	0,0	0,3	0	1,1	1,3	30,	6,9	4,	8,5	0,7	0	0	0,	<i>54-3гн-</i>

<i>сахаром</i>							1	8		6		2		6		7		,	7	2020
																		0	2	
Хлеб пшеничный	15	1,1	0,1	7,4	35,2	0,06	0,045	0	0	0,03	70,95	21,15	18,75	6,15	19,35	0,54	0	4,32	0	Пром.
Хлеб ржаной	15	1	0,2	5	25,6	0,03	0,014	0	0	0	60	36,6	4,95	8,55	29,1	0,68	0,48	0,83	3,6	Пром.
Итого за Завтрак	550	19,7	20,5	52,9	474,9	0,33	0,349	243,48	0,37	58,16	574,25	1386,95	233,6	113,3	406,95	4,5	183,78	19,05	634,3	
<i>Неделя 1</i>																				
<i>День 5</i>																				
ЗАВТРАК																				
Салат из моркови и яблок	80	0,7	8,1	5,8	99	0,04	0,03	977,2	0	4,84	120	164	18	21	30	0,9	13,6	0,1	0	54-11з-2020
Каша гречневая рассыпчатая	150	8,3	6,3	36	233,7	0,21	0,12	19,2	0,09	0	149	219	15	1	181	4,04	22	3,52	16	54-4г-2020
Котлеты из говядины	90	16,4	15,6	14,8	265,7	0,05	0,12	16,6	0,07	0,09	186	221	30	20	138	1,94	15	2,95	46	54-4м-2020
Соус молочный натуральный	30	1,1	2,2	2,9	35,7	0,012	0,039	10,44	0,03	0,156	38,1	39,3	33	3,9	26,1	0,057	6,3	0,675	66	54-5соус-2020
Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8	0	0,01	0,3	0	0,04	0,7	20,8	4,5	3,8	7,2	0,73	0	0	0	54-2гн-2020
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4	0,03	0,02	5	0	10	26	278	16	9	11	2,2	20	3	80	Пром.

Хлеб пшеничный	15	1,1	0,1	7,4	35,2	0,06	0,045	0	0	0,03	70,95	21,15	18,75	6,15	19,35	0,54	0	4,32	0	Пром.	
Хлеб ржаной	15	1	0,2	5	25,6	0,03	0,014	0	0	0	60	36,6	4,95	8,55	29,1	0,68	0,48	0,83	3,6	Пром.	
Итого за Завтрак	680	29,2	32,9	88,1	766,1	0,432	0,398	1028,74	0,19	15,16	650,7	999,85	140,2	192,4	441,75	6,94	77,38	15,4	152,2		
<i>Неделя 2</i>																					
<i>День 1</i>																					
ЗАВТРАК																					
Каша вязкая молочная пшенная	200	8,3	10,1	37,6	274,9	0,18	0,15	41,6	0,13	0,54	339	216	127	49	186	1,32	52	3,11	35	54-6к-2020	
Какао с молоком	200	4,7	3,5	12,5	100,4	0,04	0,17	17,3	0	0,68	50	220	143	34	130	1,09	12	2,29	38	54-21ГН-2020	
Банан	120	1,8	0	26,9	114,7	0,048	0,06	24	0	12	37,2	417,6	9,6	50,4	33,6	0,72	0,06	1,2	264	Пром.	
Хлеб пшеничный	15	1,1	0,1	7,4	35,2	0,06	0,045	0	0	0,03	70,95	21,15	18,75	6,15	19,35	0,54	0	4,32	0	Пром.	
Хлеб ржаной	15	1	0,2	5	25,6	0,03	0,014	0	0	0	60	36,6	4,95	8,55	29,1	0,68	0,48	0,83	3,6	Пром.	
Итого за Завтрак	550	16,9	13,9	89,4	550,8	0,358	15,289	82,9	0,13	13,25	557,15	911,35	303,3	148,1	398,05	4,35	64,54	11,75	340,6		
<i>Неделя 2</i>																					
<i>День 2</i>																					
ЗАВТРАК																					
Салат из отварной	80	1,1	3,6	6,1	60,8	0,01	0,0	0,9	0,1	3,	105	18	26	1	29	0,9	1	0	0	54-13з-	

свеклы							2		2	04		2		5			6	,		2020
Макароньы отварные	150	5,3	4,9	32,8	196,8	0,06	0,03	18,4	0,09	0	149	53,8	12	7,2	41	0,73	21	0,	12	54-1Г-2020
Курица тушеная с морковью	100	14,1	5,8	4,4	126,4	0,04	0,05	286	0,02	1,3	249	209	23	55	112	1	35	12	95	54-25М-2020
Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0,1	6,6	27,9	0	0,01	0,38	0	1,16	1,3	30,2	6,9	4,6	8,5	0,77	0	0,	07	54-3ГН-2020
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4	0,03	0,02	5	0	10	26	278	16	9	11	2,2	20	3	80	Пром.
Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5	0,18	0,135	0	0	0,09	212,85	63,45	56,25	18,45	58,05	1,62	0	12,96	0	Пром.
Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7	0,05	0,023	0	0	0	100	61	8,25	14,25	48,5	1,13	0,8	1,38	6	Пром.
Итого за Завтрак	700	26,2	15,5	90,2	604,5	0,37	0,29	310,68	0,23	15,59	843,15	877,45	148,4	123,5	308,05	8,35	92,8	30,12	205,7	
<i>Неделя 2</i>																				
<i>День 3</i>																				
ЗАВТРАК																				
Салат из белокочанной капусты	80	2	8,1	8,4	114,4	0,03	0,05	163	0	46,5	118	330	54	20	40	0,7	14,3	0,	04	54-7з-2020
Рис отварной	150	3,7	4,8	36,5	203,5	0,03	0,03	18,4	0,09	0	153	46,6	6,9	24	73	0,49	21	7,24	27	54-6Г-2020
<i>Котлеты из курицы</i>	90	17,	3,8	12	151,8	0,0	0,06	4,7	0	0,4	158	17	22	4	108	1,0	1	1	7	54-5М-

		2				5		2		7		2		8		3	3	3,	7	2020
Соус молочный натуральный	30	1,1	2,2	2,9	35,7	0,0 12	0,03 9	10, 44	0,0 3	0,1 56	38, 1	39, 3	33	3, 9	26, 1	0,0 57	6 , 3	0, 6 7 5	6, 6	54-5соус- 2020
Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8	0	0,01	0, 3	0	0,0 4	0,7	20, 8	4,5	3, 8	7,2	0,7 3	0	0	0	54-2гн- 2020
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4	0,0 3	0,02	5	0	10	26	278	16	9	11	2,2	20	3	80	Пром.
Хлеб пшеничный	15	1,1	0,1	7,4	35,2	0,0 6	0,04 5	0	0	0,0 3	70,9 5	21, 15	18, 75	6, 15	19,3 5	0,5 4	0	4, 3 2	0	Пром.
Хлеб ржаной	15	1	0,2	5	25,6	0,0 3	0,01 4	0	0	0	60	36, 6	4,9 5	8, 55	29,1	0,6 8	0, 48	0, 8 3	3, 6	Пром.
Итого за Завтрак	680	21, 7	20,8	81,8	601,1	0,23 2	0,29 8	56,7 4	0,19	16,3 16	539, 55	748, 45	128, 1	83 ,8	328, 75	6,99 7	64 ,5 8	19 ,1 95	17 3,2	
<i>Неделя 2</i>																				
<i>День 4</i>																				
ЗАВТРАК																				
Картофель отварной в молоке	150	4,5	5,5	26,5	173,7	0,1 4	0,12	8,3 4	0	10, 9	169	69 2	62	3 3	109	1,1 8	3 1	1 , 5	5 1	54-10г- 2020
Котлета рыбная любительская**	100	12, 8	4,1	6,1	112,3	0,0 8	0,13	29 5	0,4 6	0,9 4	189	31 6	51	4 4	189	1,0 5	1 2 2	1 3, 6	49 4	54-14р- 2020
Кофейный напиток с молоком	200	3,9	2,9	11,2	86	0,0 3	0,13	13, 3	0	0,5 2	39	18 4	111	3 1	107	1,0 7	9	1, 7 6	2 0	54-23гн- 2020
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4	0,0 3	0,02	5	0	10	26	278	16	9	11	2,2	20	3	80	Пром.
Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5	0,1 8	0,13 5	0	0	0,0 9	212, 85	63, 45	56, 25	18 ,4	58,0 5	1,6 2	0	1 2,	0	Пром.

														5				9		
Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7	0,05	0,023	0	0	0	100	61	8,25	14,25	48,5	1,13	0,8	1,38	6	Пром.
Итого за Завтрак	620	26,7	13,6	84,1	564,6	0,51	0,558	321,64	0,46	22,45	735,85	159,445	304,5	109,7	522,55	8,25	18,8	34,2	65,1	
<i>Неделя 2</i>																				
<i>День 5</i>																				
ЗАВТРАК																				
Запеканка из творога	150	29,7	10,7	21,6	301,3	0,08	0,24	1174	0,23	2,12	176	271	140	50	200	1,28	28	17,9	81	54-1т-2020
Джем фруктовый**	20	0,1	0	7,2	29	0,002	0,004	10	0	0,48	0,4	30,4	2,4	1,8	3,6	0,08	0	0	0	Пром.
Яблоко	100	0,6	0,1	5,3	24,5	0,03	0,02	5	0	10	26	278	16	9	11	2,2	20	3	80	Пром.
Чай с молоком и сахаром	200	1,6	1,1	8,6	50,9	0,01	0,07	6,9	0	0,3	20	81,3	57	9,9	46	0,77	4,5	0,88	10	54-4гн-2020
Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5	0,18	0,135	0	0	0,09	212,85	63,45	56,25	18,45	58,05	1,62	0	12,96	0	Пром.
Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7	0,05	0,023	0	0	0	100	61	8,25	14,25	48,5	1,13	0,8	1,38	6	Пром.
Итого за Завтрак	540	37,1	12,6	73,2	553,9	0,37	0,528	1195,9	0,23	12,99	535,25	785,15	279,9	103,4	367,15	7	53,3	36,12	17,7	
Средние показатели за ЗАВТРАКИ	584	25,18	14,06	74,74	546,23	0,3381	1,871	361,65	0,223	17,233	552,35	936,74	218,18	110,64	363,29	6,515	84,86	23,39	26,621	

*Джем фруктовый*** - допускается выдача иных фруктовых джемов; *Овощи свежие в нарезке, горошек зеленый**** - допускается выдача иных овощей

**Примерное меню на 10 дней (завтраки) для обучающихся 5-9 классов
МБОУ «Дубенская основная общеобразовательная школа»
Беляевского района Оренбургской области
в 2022-2023 учебном году
Сезон осенне-зимний**

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг) (А – мкг рет.экв)					Минеральные вещества (мг)								№ Рецептуры	
		Б	Ж	У		В1	В2	А	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se		F
<i>Неделя 1</i>																				
<i>День 1</i>																				
ЗАВТРАК																				
<i>Сыр твердых сортов в нарезке</i>	15	3,5	4,4	0	53,7	0,01	0,05	39	0,15	0,11	122	13	132	5,3	75	0,15	0	2,18	0	54-1з-2020
<i>Каша вязкая молочная кукурузная</i>	250	9	11,5	55	359,75	0,088	0,18	43,25	0,088	0,65	419	214	146	29	148	1,35	61	9,73	25	54-2к-2020
<i>Чай с сахаром</i>	200	0,2	0	6,4	26,8	0	0,01	0,3	0	0,04	0,7	20,8	4,5	3,8	7,2	0,73	0	0	0	54-2гн-2020
<i>Хлеб пшеничный</i>	45	3,3	0,3	22,2	105,6	0,18	0,135	0	0	0,09	212,9	63,45	56,25	18,45	58,05	1,62	0	12,9	0	Пром.

<i>Хлеб ржаной</i>	30	2	0,4	10	51,2	0,06	0,028	0	0	0	120	72,6	9,9	17,1	58,2	1,36	0,96	1,66	7,2	<i>Пром.</i>	
Итого за Завтрак	540	18	16,6	93,6	597,05	0,338	0,403	82,55	0,238	0,89	874,6	383,85	348,65	73,65	346,45	5,21	61,96	26,5	32,2		
<i>Неделя 1</i>																					
<i>День 2</i>																					
ЗАВТРАК																					
<i>Макароны отварные</i>	200	7	6,5	43,7	262,4	0,08	0,04	24,5	0,12	0	198,7	71,7	16	9,6	54,6	0,97	2,8	0,08	1,6	54-1г-2020	
<i>Котлеты из курицы</i>	100	19	4,3	13,3	168,7	0,07	0,08	6,29	0	0,63	210,67	22,9,3	29,3	6,4	144	1,37	1,7,3	1,8,4	1,0,2,7	54-5м-2020	
<i>Соус красный основной</i>	35	1,1	0,9	3,1	24,7	0,007	0	44,8	0,014	0,94	4,2	49,7	0,81	4,2	8,4	0,18	0,63	0,51	3,15	54-3соус-2020	
<i>Чай с лимоном и сахаром</i>	200	0,2	0,1	6,6	27,9	0	0,01	0,38	0	1,16	1,3	30,2	6,9	4,6	8,5	0,77	0	0,02	0,07	54-3гн-2020	
<i>Хлеб пшеничный</i>	45	3,3	0,3	22,2	105,6	0,18	0,135	0	0	0,09	212,9	63,45	56,25	18,45	58,05	1,62	0	12,96	0	<i>Пром.</i>	
<i>Хлеб ржаной</i>	30	2	0,4	10	51,2	0,06	0,028	0	0	0	120	72,6	9,9	17,1	58,2	1,36	0,96	1,66	7,2	<i>Пром.</i>	
Итого за Завтрак	660	30,8	14,8	88,2	610,4	0,517	0,433	91,14	0,164	19,82	819,07	1486,92	168,16	155,02	417,15	7,02	65,6	34,9	14,8		

<i>Неделя 1</i>																				
<i>День 3</i>																				
ЗАВТРАК																				
<i>Сыр твердых сортов в нарезке</i>	15	3,5	4,4	0	53,7	0,01	0,05	39	0,15	0,11	122	13	132	5,3	75	0,15	0	2,18	0	54-13-2020
Каша вязкая молочная овсяная с изюмом	250	8,4	10,8	38,4	283,9	0,26	0,21	48,25	0,15	0,63	424	409	174	79	291	2,5	61,285	17,385	10,25	54-10к-2020
Чай с молоком и сахаром	200	1,6	1,1	8,6	50,9	0,01	0,07	6,9	0	0,3	20	81,3	57	9,9	46	0,77	4,58	0,88	10	54-4гн-2020
Хлеб пшеничный	45	3,3	0,3	22,2	105,6	0,18	0,135	0	0	0,09	212,9	63,45	56,25	18,45	58,05	1,62	0	12,96	0	Пром.
Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2	0,06	0,028	0	0	0	120	72,6	9,9	17,1	58,2	1,36	0,96	1,66	7,2	Пром.
Итого за Завтрак	540	18,8	17	79,2	545,3	0,52	0,493	94,15	0,3	1,13	898,9	639,35	429,15	129,75	528,25	6,4	66,71	35,06	119,7	Пром.
<i>Неделя 1</i>																				
<i>День 4</i>																				
ЗАВТРАК																				
Салат из белокочанной капусты	100	2,5	10,1	10,4	143	0,06	0,06	203,8	1,03	58,1	148	413	67,4	25,3	50,5	0,92	17,9	0,5	0	54-73-2020
<i>Картофельное пюре</i>	200	4,1	7,1	26,4	185,87	0,16	0,15	31,7	0,09	13,6	216	83,33	52	37,3	112	1,37	37,3	1,04	57,3	54-11г-2020

Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	100	13,7	7,4	6,3	147,1	0,09	0,12	56,3	0,28	0,27	162	344	110	46	226	0,78	141	127	587	54-11р-2020
Какао с молоком	200	4,7	3,5	12,5	100,4	0	0,01	0,38	0	1,16	1,3	30,2	6,9	4,6	8,5	0,77	0	0	0,72	54-3гн-2020
Хлеб пшеничный	45	3,3	0,3	22,2	105,6	0,18	0,135	0	0	0,09	212,9	63,45	56,25	18,45	58,05	1,62	0	12,96	0	Пром.
Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2	0,06	0,028	0	0	0	120	72,6	9,9	17,1	58,2	1,36	0,96	1,66	7,2	Пром.
Итого за Завтрак	675	28,6	18,86	79,9	604,4	0,54	0,503	112,46	0,44	25,19	760,7	157,125	285,85	148,95	560,95	6,7	217,26	31,86	805,65	
<i>Неделя 1</i>																				
<i>День 5</i>																				
ЗАВТРАК																				
Салат из моркови и яблок	100	0,9	10,2	7,2	123,8	0,05	0,05	122	0,7	6,05	150	205	22,5	2	37,3	1,1	16,9	0	2	54-11з-2020
Каша гречневая рассыпчатая	200	11,07	8,4	48	311,6	0,28	0,16	25,6	0,12	0	198,7	292	20	160	241,3	5,39	29,3	49	21,3	54-4г-2020
Котлеты из говядины	100	18,27	17,3	16,4	295,2	0,06	0,15	20,75	0,09	0,12	248	294,7	26,7	2	184	2,59	20	39	61,3	54-4м-2020
Соус молочный натуральный	30	1,1	2,2	2,9	35,7	0,012	0,039	10,44	0,03	0,156	38,1	39,3	33	3	26,1	0,057	6	0	6,6	54-5соус-2020

														9			3	6 7 5		
Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8	0	0,0 1	0,3	0	0,0 4	0,7	20, 8	4,5	3, 8	7,2	0,7 3	0	0	0	54-2гн- 2020
Хлеб пшеничный	45	3,3	0,3	22,2	105,6	0,18	0,1 35	0	0	0,09	212, 9	63, 45	56,2 5	18 ,4 5	58,0 5	1,6 2	0	1 2, 9 6	0	Пром.
Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2	0,06	0,0 28	0	0	0	120	72, 6	9,9	17 ,1	58,2	1,3 6	0, 96	1, 6 6	7, 2	Пром.
Итого за Завтрак	705	37, 1	28,76	109,7	847,4	0,65 2	0,5 52	190, 09	0,2 4	25,4 06	821, 4	107 2,8 5	164, 35	24 9, 95	601, 55	12, 647	58 ,5 6	2 4, 2 8 5	11 6, 4	
<i>Неделя 2</i>																				
<i>День 1</i>																				
ЗАВТРАК																				
<i>Сыр твердых сортов в нарезке</i>	15	3,5	4,4	0	53,7	0,1 8	0,1 5	41, 6	0,1 3	0,5 4	339	21 6	127	4 9	186	1,3 2	5 2	3 , 1 1	3 5	54-6к- 2020
<i>Каша вязкая молочная пшеничная</i>	250	10, 38	12,6	47	343,6	0,05	0,2 1	21, 6	0	1,0 8	62, 5	27 5	178 ,75	4 2 , 5	162 ,5	1,3 6	1 5	2 , 8 6	4 7, 5	54-21гн- 2020
<i>Чай с лимоном и сахаром</i>	200	0,2	0,1	6,6	27,9	0,06	0,0 45	0	0	0,0 3	70,9 5	21, 15	18, 75	6, 15	19,3 5	0,5 4	0	4, 3 2	0	Пром.
<i>Хлеб пшеничный</i>	45	3,3	0,3	22,2	105,6	0,18	0,1 35	0	0	0,09	212, 9	63, 45	56,2 5	18 ,4 5	58,0 5	1,6 2	0	1 2, 9 6	0	Пром.
<i>Хлеб ржаной</i>	30	2	0,4	10	51,2	0,06	0,0	0	0	0	120	72, 6	9,9	17	58,2	1,3	0,	1, 7,		

ЗАВТРАК																				
Салат из белокочанной капусты	100	2,5	10,1	10,4	143	0,06	0,06	203,8	1,03	58,1	148	413	67,4	25,3	50,5	0,92	17,9	0,5	0	54-7з-2020
Рис отварной	200	4,9	6,4	48,7	271,3	0,04	0,04	24,53	0,12	0	204	62,1	9,2	32	97,3	0,65	28	9,6	36	54-6г-2020
Котлеты из курицы	100	19,1	4,2	13,3	168,7	0,05	0,06	4,72	0	0,47	158	172	22	48	108	1,03	13	13,3	78	54-5м-2020
Соус молочный натуральный	30	1,1	2,2	2,9	35,7	0,012	0,039	10,44	0,03	0,156	38,1	39,3	33	3,9	26,1	0,057	6,3	0,67	6,5	54-5соус-2020
Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8	0	0,01	0,3	0	0,04	0,7	20,8	4,5	3,8	7,2	0,73	0	0	0	54-2гн-2020
Хлеб пшеничный	45	3,3	0,3	22,2	105,6	0,18	0,135	0	0	0,09	212,9	63,45	56,25	18,45	58,05	1,62	0	1,29	0,6	Пром.
Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2	0,06	0,028	0	0	0	120	72,6	9,9	17,1	58,2	1,36	0,96	1,66	7,2	Пром.
Итого за Завтрак	705	31,4	13,66	106	673,5	0,382	0,432	66,02	0,24	10,406	831,7	694,65	162,85	115,95	472,55	7,607	58,26	29,145	127,8	
Неделя 2																				
День 4																				
ЗАВТРАК																				
Картофель отварной в молоке	200	6	7,3	35,3	231,6	0,19	0,16	11,12	0	14,5	225	92,27	82,7	44	145	1,57	41	2	68	54-10г-2020
Котлета рыбная любительская**	100	12,8	4,1	6,1	112,3	0,08	0,13	29,5	0,46	0,94	189	316	51	44	189	1,05	12	13,4	49	54-14р-2020

																	2	6		
Соус молочный натуральный	30	1,1	2,2	2,9	35,7	0,03	0,13	13,3	0	0,52	39	184	111	31	107	1,07	9	1,76	20	54-23гн-2020
Кофейный напиток с молоком	200	3,9	2,9	11,2	86	0,18	0,135	0	0	0,09	212,85	63,45	56,25	18,45	58,05	1,62	0	1,296	0	Пром.
Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5	0,05	0,023	0	0	0	100	61	8,25	14,25	48,5	1,13	0,8	1,38	6	Пром.
Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7	0,05	0,023	0	0	0	100	61	8,25	14,25	48,5	1,13	0,8	1,38	6	
Итого за Завтрак	600	28,9	17,2	86	613,8	0,58	0,601	319,42	0,46	16,05	865,85	160,815	317,45	165,95	596,05	7,54	17,36	33,08	594	
<i>Неделя 2</i>																				
<i>День 5</i>																				
ЗАВТРАК																				
Джем фруктовый**	20	0,1	0	7,2	29	0,002	0,004	10	0	0,48	0,4	30,4	2,4	1,8	3,6	0,08	0	0	0	Пром.
Каша «Дружба»	250	6,25	7,25	30,13	211,13	0,09	0,15	34	0,09	0,66	420	196,25	145	37,5	155	0,66	6,5	5,175	38,5	54-16к-2020
Чай с молоком и сахаром	200	1,6	1,1	8,6	50,9	0,01	0,07	6,9	0	0,3	20	81,3	57	9,9	46	0,77	4,5	0,88	10	54-4гн-2020
Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5	0,05	0,023	0	0	0	100	61	8,25	14,25	48,5	1,13	0,8	1,38	6	Пром.
Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7	0,05	0,023	0	0	0	100	61	8,25	14,25	48,5	1,13	0,8	1,38	6	Пром.

Итого за Завтрак	540	13,05	9,05	76,43	439,23	0,202	0,27	50,9	0,09	1,44	640,4	429,95	220,9	163,05	301,6	3,74	68,6	8,75	60,75	
Средние показатели за ЗАВТРАКИ	617,5	26,26	19,97	89,61	643,8	0,469	0,454	151,38	0,244	12,96	810,29	927,21	261,41	16,46	462,67	6,97	90,44	2,75	227,05	

*Джем фруктовый*** - допускается выдача иных фруктовых джемов;

*Овощи свежие в нарезке, горошек зеленый**** - допускается выдача иных овощей

Приложение 3

к Приказу от 11.08.2022 № 102

Примерное меню на 10 дней (завтраки)
для обучающихся 5-9 классов
с ограниченными возможностями здоровья
МБОУ «Дубенская основная общеобразовательная школа»
Беляевского района Оренбургской области
в 2022-2023 учебном году

сезон осень-зима

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг) (А – мкг рет.эquiv)					Минеральные вещества (мг)								№ Рецептуры
		Б	Ж	У		В1	В2	А	Д	С	Na	К	Ca	Мg	Р	Fe	І	Se	

<i>Неделя 1</i>																				
<i>День 1</i>																				
ЗАВТРАК																				
<i>Сыр твердых сортов в нарезке</i>	15	3,5	4,4	0	53,7	0,01	0,05	39	0,15	0,11	122	13	132	5,3	75	0,15	0	2,18	0	54-1з-2020
<i>Каша вязкая молочная кукурузная</i>	250	9	11,5	55	359,75	0,088	0,18	43,25	0,088	0,65	419	214	146	29	148	1,35	61	9,73	25	54-2к-2020
<i>Чай с сахаром</i>	200	0,2	0	6,4	26,8	0	0,01	0,3	0	0,04	0,7	20,8	4,5	3,8	7,2	0,73	0	0	0	54-2гн-2020
<i>Хлеб пшеничный</i>	45	3,3	0,3	22,2	105,6	0,18	0,135	0	0	0,09	212,9	63,45	56,25	18,45	58,05	1,62	0	12,96	0	Пром.
<i>Хлеб ржаной</i>	30	2	0,4	10	51,2	0,06	0,028	0	0	0	120	72,6	9,9	17,1	58,2	1,36	0,96	1,66	7,2	Пром.
Итого за Завтрак	540	18	16,6	93,6	597,05	0,338	0,403	82,55	0,238	0,89	874,6	383,85	348,65	73,65	346,45	5,21	61,96	26,5	32,2	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК																				
<i>Сок фруктовый</i>	200	0,4	0	20,6	84	0,02	0,02	0	0	4	12	240	14	8	14	2,8	2	0	0	Пром.
Итого за 1день	740	18,4	16,6	114,2	681,05	0,358	0,423	82,55	0,238	4,89	886,6	623,85	362,65	81,65	360,45	8,01	63,96	26,5	32,2	
<i>Неделя 1</i>																				
<i>День 2</i>																				
ЗАВТРАК																				
<i>Макаронны отварные</i>	200	7	6,5	43,7	262,4	0,08	0,04	24,5	0,12	0	198,7	71,7	16	9,6	54,6	0,97	28	0,08	16	54-1г-2020
<i>Котлеты из курицы</i>	100	19	4,3	13,3	168,7	0,0	0,0	6,2	0	0,6	210	22	29,	6	144	1,3	1	1	1	54-5м-

ЗАВТРАК																				
Сыр твердых сортов в нарезке	15	3,5	4,4	0	53,7	0,0 1	0,0 5	39	0,1 5	0,1 1	122	13	132	5, 3	75	0,1 5	0	2, 1 8	0	54-1з-2020
Каша вязкая молочная овсяная с изюмом						0,2 6	0,2 1	48, 25	0,1 5	0,6 3	424	40 9	174	7 9	291	2, 5	6 1 , 2 5	1 7, 3 , 8 5	1 0 2 5	54-10к-2020
Чай с молоком и сахаром	200	1,6	1,1	8,6	50,9	0,0 1	0,0 7	6, 9	0	0,3	20	81, 3	57	9, 9	46	0,7 7	4 , 5	0, 8 8	1 0	54-4гн-2020
Хлеб пшеничный	45	3,3	0,3	22,2	105,6	0,18	0,13 5	0	0	0,09	212, 9	63,4 5	56,2 5	1 8, 4 5	58,0 5	1,62	0	12 ,9 6	0	Пром.
Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2	0,06	0,0 28	0	0	0	120	72, 6	9,9	17 ,1	58,2	1,3 6	0, 96	1, 6 6	7, 2	Пром.
Итого за Завтрак	540	18, 8	17	79,2	545,3	0,52	0,4 93	94,1 5	0,3	1,13	898, 9	639 ,35	429, 15	12 9, 75	528, 25	6,4	66 ,7 1	3 5, 0 6	11 9, 7	Пром.
ВТОРОЙ ЗАВТРАК																				
Яблоко	200	0,8	0,8	19,6	88,8	0,06	0,0 4	10	0	20	52	556	32	18	22	4,4	40	6	16 0	Пром.
Итого за 3 день	740	19, 6	17,8	98,8	634,1	0,58	0,5 33	104, 15	0,3	21,1 3	950, 9	119 5,3 5	461, 15	14 7, 75	550, 25	10, 8	10 6, 71	4 1, 0 6	27 9, 7	
Неделя 1 День 4 ЗАВТРАК																				
Салат из	100	2,5	10,1	10,4	143	0,0	0,0	203,	1,0	5	148	41	67,	2	50,	0,9	1	0	0	54-7з-2020

ЗАВТРАК																				
<i>Ряженка 2,5%</i>	200	5,8	5	8,4	101,8	0,03	0,216	37	0,05	0,5	83,3	243	206	23	153	0,17	15	1,7	33	Пром.
Итого за 2 день	870	33,36	18,26	97,4	688	0,46	0,509	480,88	0,19	28,05	868,2	942,95	332,09	147,75	471,05	6,79	80,96	29,02	17,19	
Неделя 2																				
День 3																				
ЗАВТРАК																				
Салат из белокочанной капусты	100	2,5	10,1	10,4	143	0,06	0,06	203,8	1,03	58,1	148	413	67,4	25,3	50,5	0,92	17,9	0,5	0	54-7з-2020
<i>Рис отварной</i>	200	4,9	6,4	48,7	271,3	0,04	0,04	24,53	0,12	0	204	62,1	9,2	32	97,3	0,65	28,5	9,6	36	54-6г-2020
<i>Котлеты из курицы</i>	100	19,1	4,2	13,3	168,7	0,05	0,06	4,72	0	0,47	158	172	22	48	108	1,03	13,3	1,8	77	54-5м-2020
<i>Соус молочный натуральный</i>	30	1,1	2,2	2,9	35,7	0,12	0,039	10,44	0,03	0,156	38,1	39,3	33	3,9	26,1	0,057	6,3	0,67	65	54-5соус-2020
<i>Чай с сахаром</i>	200	0,2	0	6,4	26,8	0	0,01	0,3	0	0,04	0,7	20,8	4,5	3,8	7,2	0,73	0	0	0	54-2гн-2020
<i>Хлеб пшеничный</i>	45	3,3	0,3	22,2	105,6	0,18	0,135	0	0	0,09	212,9	63,45	56,25	18,45	58,05	1,62	0	1,29	06	Пром.
<i>Хлеб ржаной</i>	30	2	0,4	10	51,2	0,06	0,028	0	0	0	120	72,6	9,9	17,1	58,2	1,36	0,96	1,66	7,2	Пром.
Итого за Завтрак	705	31,4	13,66	106	673,5	0,382	0,432	66,02	0,24	10,406	831,7	694,65	162,85	115,95	472,55	7,607	58,26	29,61	12,78	

																		4		
																		5		
ВТОРОЙ ЗАВТРАК																				
Банан	200	3	0	44,8	191,2	0,08	0,1	40	0	20	62	696	16	84	56	1,2	0,1	2	44	Пром.
Итого за 3 день	905	34,4	13,66	150,8	864,7	0,462	0,532	106,02	0,24	30,406	893,7	1390,65	178,85	199,95	528,55	8,807	58,36	31,245	567,8	
Неделя 2 День 4 ЗАВТРАК																				
Картофель отварной в молоке	200	6	7,3	35,3	231,6	0,19	0,16	11,12	0	14,5	225	92,27	82,7	44	145	1,57	41	2	68	54-10г-2020
Котлета рыбная любительская**	100	12,8	4,1	6,1	112,3	0,08	0,13	295	0,46	0,94	189	316	514	44	189	1,05	122	13,6	49	54-14р-2020
Соус молочный натуральный	30	1,1	2,2	2,9	35,7	0,03	0,13	13,3	0	0,52	39	184	111	31	107	1,07	9	1,76	20	54-23гн-2020
Кофейный напиток с молоком	200	3,9	2,9	11,2	86	0,18	0,135	0	0	0,09	212,85	63,45	56,25	18,45	58,05	1,62	0	1,296	0	Пром.
Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5	0,05	0,023	0	0	0	100	61	8,25	14,25	48,5	1,13	0,8	1,38	6	Пром.
Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7	0,05	0,023	0	0	0	100	61	8,25	14,25	48,5	1,13	0,8	1,38	6	Пром.
Итого за Завтрак	600	28,9	17,2	86	613,8	0,58	0,601	319,42	0,46	16,05	865,85	1608,1	317,45	165,5	596,05	7,54	17,33	33,34	594	

												5		95			6	0	8	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК																				
Яблоко	200	0,8	0,8	19,6	88,8	0,06	0,04	10	0	20	52	556	32	18	22	4,4	40	6	16	Пром.
Итого за 4 день	800	29,7	18	105,6	702,6	0,64	0,64	329,42	0,46	36,05	917,85	2164,15	349,45	183,95	618,05	11,94	213,6	39,08	754	
Неделя 2 День 5																				
ЗАВТРАК																				
Джем фруктовый**	20	0,1	0	7,2	29	0,002	0,004	10	0	0,48	0,4	30,4	2,4	1,8	3,6	0,08	0	0	0	Пром.
Каша «Дружба»	250	6,25	7,25	30,13	211,13	0,09	0,15	34	0,09	0,66	420	196,25	145	33,75	155	0,66	62,5	5,11	38,75	54-16к-2020
Чай с молоком и сахаром	200	1,6	1,1	8,6	50,9	0,01	0,07	6,9	0	0,3	20	81,3	57	9,9	46	0,77	4,5	0,88	10	54-4гн-2020
Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5	0,05	0,023	0	0	0	100	61	8,25	14,25	48,5	1,13	0,8	1,38	6	Пром.
Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7	0,05	0,023	0	0	0	100	61	8,25	14,25	48,5	1,13	0,8	1,38	6	Пром.
Итого за Завтрак	540	13,05	9,05	76,43	439,23	0,202	0,27	50,9	0,09	1,44	640,4	429,95	220,9	163,05	301,6	3,74	68,6	8,75	60,75	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК																				
Сок яблочный	200	1	0,2	20,2	86,6	0,0	0,02	0	0	4	12	240	14	8	14	2,8	2	0	0	Пром.

						2														
Итого за 5 день	740	14,05	9,25	96,63	525,83	0,22	0,29	50,9	0,09	5,44	652,4	669,95	234,9	171,05	315,6	6,54	70,6	8,75	607,5	
Средние показатели за ЗАВТРАКИ	617,5	26,26	19,97	89,61	643,8	0,469	0,454	151,38	0,244	12,96	810,29	927,21	261,41	146,01	462,67	6,97	90,44	2,75	227,05	
Средние показатели за ДЕНЬ	817,5	28,6	21,27	112,5	756,2	0,518	0,54	170,68	0,255	24,53	849,22	1350,41	320,8	175,51	516,97	9,41	106,36	3,32	425,03	

*Джем фруктовый*** - допускается выдача иных фруктовых джемов;

*Овощи свежие в нарезке, горошек зеленый**** - допускается выдача иных овощей

**Примерное
Меню**
для организации питания детей 1-3 лет в дошкольной группе
МБОУ «Дубенская основная общеобразовательная школа»
Беляевского района Оренбургской области
Сезон осень-зима

№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г.	г.	г.	г.	ккал.
	Понедельник, 1 неделя					
	Завтрак					
54-13к-2020	Каша вязкая молочная пшеничная	120	4,9	5,5	23,2	162,2
54-2гн-2020	Чай с сахаром	150	0,2	0,4	6	28,8
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	30	2	0,4	11,9	58,7
Пром	Фруктовое пюре	80	0,3	0,3	6,9	181,1
	Итого за Завтрак	380	7,4	6,6	48	280,8
	Второй завтрак					
Пром.	Молоко	150	4,4	3,8	7,2	80
	Итого за Второй завтрак	150	4,4	3,8	7,2	80
	Обед					
54-7з-2020	Салат из белокочанной капусты	30	0,7	3	3,1	42,9
54-1с-2020	Щи из свежей капусты со сметаной	150	3,5	4,2	4,3	69,2
54-10г-2020	Картофель отварной в молоке	120	3,6	4,4	21,2	138,9
54-3р-2020	Котлета рыбная (минтай)	60	12,8	7,1	2,6	125,6
54-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	150	0,3	0,1	13,7	56,9
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,6	0,5	15,8	78,2
	Итого за Обед	550	23	16,3	58,4	473
	Полдник					
Пром.	Вафли с фруктовыми начинками	30	0,8	1	23,2	105
Пром.	Сок	180	2	0,2	22,7	100,3
	Итого за Полдник	210	2,8	1,2	45,9	205,3
	Итого за день	1290	37,6	27,9	159,5	1039,1
	Вторник, 1 неделя					
	Завтрак					
54-6к-2020	Каша вязкая молочная пшенная	120	5	6,1	22,6	164,9
54-3гн-2020	Чай с сахаром и лимоном	150	0,2	0	1,3	6,2
Пром.	Повидло яблочное	10	0,05	0	6,5	26,2
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	30	2	0,4	11,9	58,7
	Итого за Завтрак	310	7,2	6,5	47,8	277,8
	Второй завтрак					
Пром.	Бифидок	120	4,08	3	6,6	69,8
	Итого за Второй завтрак	120	4,08	3	6,6	69,8
	Обед					
54-13з-2020	Салат из свеклы отварной	30	0,4	1,3	2,3	22,8
54-6с-2020	Суп картофельный с клецками	150	3,5	2,5	8,5	70,2
54-12м-2020	Плов из курицы	120	16,3	4,8	19,9	189

54-12хн-2020	Компот из клюквы	150	0,1	0	5,3	21,6
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,6	0,5	15,8	78,2
	Итого за Обед	490	17,4	23,9	46,4	470,1
	Полдник					
54-6т-2020	Сырники	50	9,8	2,9	10,3	106,7
54-4гн-2020	Чай с молоком и сахаром	150	1,1	0,8	6,4	37,7
	Итого за Полдник	200	14,9	6,7	18,6	193,9
	Итого за день	1120	43,58	40,1	119,4	1011,6
	Среда, 1 неделя					
	Завтрак					
54-10к-2020	Каша вязкая молочная овсяная с изюмом	120	5	6,5	23	170,3
54-2гн-2020	Чай с сахаром	150	0,1	0	4,8	19,6
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	30	2	0,4	11,9	58,7
Пром.	Груша	70	0,3	0,2	7,2	31,9
	Итого за Завтрак	370	7,4	7,1	46,9	280,5
	Второй завтрак					
Пром.	Напиток тыквенный	150	0,3	0	15,5	63
	Итого за Второй завтрак	150	0,3	0	15,5	63
	Обед					
54-11з-2020	Салат из моркови с яблоками	30	0,2	3	2,2	37,2
54-4с-2020	Рассольник домашний	150	3,4	4,3	8,7	87,1
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	120	6,6	5,1	28,7	187
54-8м-2020	Тефтели из говядины паровые	60	8,2	7,2	5	117
54-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	150	0,3	0,1	13,7	56,9
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	35	2,3	0,4	13,9	68,5
	Итого за Обед	545	21	17,2	65	497,9
	Полдник					
54-23хн-2020	Кисель из смородины	150	0,2	0,1	9,2	37,9
54-2в-2020	Корж молочный	50	2,5	9,9	23,3	192,4
	Итого за Полдник	200	2,7	10	32,5	230,3
	Итого за день	1265	31,4	34,3	159,9	1071,7
	Четверг, 1 неделя					
	Завтрак					
54-1з-2020	Сыр твердых сортов в нарезке	10	2,3	3	0	35,8
54-1о-2020	Омлет натуральный	100	8,5	12	2,2	150,1
54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	150	0,1	0	4,9	20,4
Пром.	Яблоко	70	0,3	0,3	6,9	31,1
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	30	2	0,4	11,9	58,7
	Итого за Завтрак	360	13,2	15,7	25,9	296,1
	Второй завтрак					
Пром.	Молоко 2.5%	150	4,4	3,8	7,2	80
	Итого за Второй завтрак	150	4,4	3,8	7,2	80
	Обед					
54-17з-2020	Салат из моркови и чернослива	30	0,5	0,1	6,5	28,4
54-2с-2020	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	150	3,5	4,3	7,6	82,8
54-11г-2020	Картофельное пюре	120	2,5	4,2	15,9	111,5
54-11р-2020	Тефтели рыбные (минтай)	60	9,5	6,8	7,6	129,1
54-2соус-2020	Соус белый основной	20	0,5	0,8	0,9	12,5
54-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	150	0,3	0,1	13,7	56,9
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,6	0,5	15,8	78,2

	Итого за Обед	570	19,8	16,7	66	492,7
	Полдник					
Пром.	Печенье	20	1,5	2	14,9	83,2
Пром.	Сок виноградный	180	0,5	0,4	29,3	122,8
	Итого за Полдник	200	2	2,4	44,2	206
	Итого за день	1280	39,4	38,6	143,3	1074,8
	Пятница, 1 неделя					
	Завтрак					
54-19к-2020	Суп молочный с макаронными изделиями	150	4,1	3,4	13,4	100,7
54-2гн-2020	Чай с сахаром	150	0,2	0,4	5,3	25,7
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	30	2	0,4	11,9	58,7
Пром.	Банан	80	1,2	0	17,9	76,5
	Итого за Завтрак	410	7,5	4,2	48,5	261,6
	Второй завтрак					
Пром.	Йогурт	150	5,1	3,8	8,3	87,2
	Итого за Второй завтрак	150	5,1	3,8	8,3	87,2
	Обед					
54-13з-2020	Салат из свеклы отварной	30	0,4	1,3	2,3	22,8
54-1с-2020	Щи из свежей капусты со сметаной	150	3,5	4,2	4,3	69,2
54-6г-2020	Рис отварной	120	2,9	3,9	29,2	162,8
54-14м-2020	Фрикадельки из говядины	60	8,2	7,3	4,1	114,7
54-4хн-2020	Компот из изюма	150	0,2	0,1	7,7	32,1
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	35	2,3	0,4	13,9	68,5
	Итого за Обед	545	17,4	17,4	60,1	466
	Полдник					
Пром.	Сок яблочный	180	0,5	0,4	29,3	122,8
54-10в-2020	Булочка ванильная	60	4,7	4	30,5	176,9
	Итого за Полдник	210	4,8	4,1	41,6	222,4
	Итого за день	1315	34,8	29,5	158,5	1037,2
	Понедельник, 2 неделя					
	Завтрак					
54-19з-2020	Масло сливочное (порциями)	5	0	3,6	0,1	33
54-19к-2020	Суп молочный с макаронными изделиями	150	4,1	3,4	13,4	100,7
54-21гн-2020	Какао с молоком	150	2,6	1,9	8,3	60,8
Пром.	Груша	70	0,3	0,2	7,2	31,9
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	30	2	0,4	11,9	58,7
	Итого за Завтрак	405	11,3	8,9	40,8	287,9
	Второй завтрак					
Пром.	Сок яблочный	150	0,5	0,4	29,3	122,8
	Итого за Второй завтрак	150	0,5	0,4	29,3	122,8
	Обед					
54-11з-2020	Салат из моркови с яблоками	30	0,2	3	2,2	37,2
54-3с-2020	Рассольник Ленинградский	150	3,6	4,3	10,2	94,2
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	120	6,6	5,1	28,7	187
54-8м-2020	Тефтели из говядины паровые	60	8,2	7,2	5	117
54-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	150	0,3	0,1	13,7	56,9
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	35	2,3	0,4	13,9	68,5
	Итого за Обед	545	21,2	17,2	64,7	497,7
	Полдник					
Пром.	Сок морковный	180	2	0,2	22,7	100,3

Пром.	Вафли с фруктовыми начинками	30	0,8	1	23,2	105
	Итого за Полдник	210	2,8	1,2	45,9	205,3
	Итого за день	1310	35,8	27,7	180,7	1113,7
	Вторник, 2 неделя					
	Завтрак					
54-13к-2020	Каша вязкая молочная пшеничная	120	4,9	5,5	23,2	162,2
54-2гн-2020	Чай с сахаром	150	0,2	0,1	5,4	22,9
Пром.	Яблоко	70	0,3	0,3	6,9	31,1
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	30	2	0,4	11,9	58,7
	Итого за Завтрак	370	7,4	6,3	47,4	274,9
	Второй завтрак					
Пром.	Йогурт	150	5,1	3,8	8,3	87,2
	Итого за Второй завтрак	150	5,1	3,8	8,3	87,2
	Обед					
54-14з-2020	Салат из свеклы с курагой и изюмом	30	0,5	1,6	5	36,7
54-1с-2020	Щи из свежей капусты со сметаной	150	3,5	4,2	4,3	69,2
54-11г-2020	Картофельное пюре	120	2,5	4,2	15,9	111,5
54-11р-2020	Тефтели рыбные (минтай)	60	12,8	7,1	2,6	125,6
54-5соус-2020	Соус молочный натуральный	20	0,7	1,5	1,9	23,8
54-4хн-2020	Компот из изюма	150	0,23	0,15	7,65	32,1
	Итого за Обед	530	22	17,5	56,5	472,2
	Полдник					
54-2в-2020	Коржик молочный	40	2,7	3,9	20,9	130
Пром.	Молоко	160	4,6	4	7,7	85,3
	Итого за Полдник	200	7,3	7,9	28,6	215,3
	Итого за день	1250	41,8	35,5	140,8	1049,6
	Среда, 2 неделя					
	Завтрак					
54-1о-2020	Омлет натуральный	100	8,5	12	2,2	150,1
54-3гн-2020	Чай с сахаром и лимоном	150	0,2	0	1,3	6,2
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	30	2	0,4	11,9	58,7
Пром.	Фруктовое пюре	80	0	0	12	48
	Итого за Завтрак	360	10,6	12,5	31,6	279,7
	Второй завтрак					
Пром.	Сок абрикосовый	150	0,8	0	19,1	79,2
	Итого за Второй завтрак	150	0,8	0	19,1	79,2
	Обед					
54-8с-2020	Суп картофельный с горохом	150	5	3,4	12,2	99,9
54-9г-2020	Рагу из овощей	120	2,3	6	10,9	106,7
54-4м-2020	Котлеты из говядины	60	10,9	10,4	9,9	177,1
54-12хн-2020	Компот из клюквы	150	0,1	0	5,3	21,6
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	35	2,3	0,4	13,9	68,5
	Итого за Обед	515	21,3	23,5	53,3	510,6
	Полдник					
Пром.	Печенье	20	1,5	2	14,9	83,2
Пром.	Сок виноградный	180	0,5	0,4	29,3	122,8
	Итого за Полдник	200	2	2,4	44,2	206
	Итого за день	1225	34,7	38,4	148,2	1075,5

	Четверг, 2 неделя					
	Завтрак					
54-4к-2020	Каша вязкая молочная кукурузная с изюмом	120	4,3	5,3	28,6	178,9
54-2гн-2020	Чай с сахаром	150	0,1	0	4,8	19,6
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	30	2	0,4	11,9	58,7
Пром.	Мандарин	70	0,6	0,1	5,3	24,5
	Итого за Завтрак	370	7	5,8	50,6	281,7
	Второй завтрак					
Пром.	Ряженка	150	4,3	3,75	6,3	76,3
	Итого за Второй завтрак	150	4,3	3,75	6,3	76,3
	Обед					
54-7з-2020	Салат из белокочанной капусты	30	0,7	3	3,1	42,9
54-10с-2020	Суп крестьянский с крупой (крупя перловая)	150	3,8	4,3	8,1	86,7
54-26г-2020	Картофельный пудинг	120	4,3	6,3	21	158
54-5м-2020	Котлеты из курицы	60	11,5	2,6	8	101,2
54-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	150	0,4	0	14,8	60,7
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	30	2	0,4	11,9	58,7
	Итого за Обед	540	22,2	13,6	64,6	469,5
	Полдник					
54-4т-2020	Пудинг из творога с яблоками	100	15,3	7,2	10,2	166,9
54-23хн-2020	Кисель из смородины	150	0,2	0,1	9,2	37,9
	Итого за Полдник	250	15,5	7,3	19,4	204,8
	Итого за день	1310	49	30,45	140,9	1032,3
	Пятница, 2 неделя					
	Завтрак					
54-1з-2020	Сыр твердых сортов в нарезке	10	2,3	3	0	35,8
54-17к-2020	Суп молочный с гречневой крупой	150	4,3	3,6	11,9	97,4
54-21гн-2020	Какао с молоком	150	2,6	1,9	8,3	60,8
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	30	2	0,4	11,9	58,7
Пром.	Груша	70	0,3	0,2	7,2	31,9
	Итого за Завтрак	410	11,5	9,1	39,3	284,6
	Второй завтрак					
Пром.	Напиток тыквенный	150	0,3	0	15,5	63
	Итого за Второй завтрак	150	0,3	0	15,5	63
	Обед					
54-14з-2020	Салат из свеклы с курагой и изюмом	30	0,5	1,6	5	36,7
54-3с-2020	Рассольник Ленинградский	150	3,6	4,3	10,2	94,2
54-1г-2020	Макаронь отварные	120	3,8	5	21,2	144,6
54-11р-2020	Тефтели рыбные (минтай)	60	9,5	6,8	7,6	129,1
54-2соус-2020	Соус белый основной	20	0,5	0,8	0,9	12,5
54-4хн-2020	Компот из изюма	150	0,23	0,15	7,65	32,1
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	30	2	0,4	11,9	58,7
	Итого за Обед	560	19,8	18,2	70,5	524,3
	Полдник					
54-2в-2020	Коржик молочный	40	2,7	3,9	20,9	130
Пром.	Молоко	160	4,6	4	7,7	85,3
	Итого за Полдник	200	7,3	7,9	28,6	215,3
	Итого за день	1320	38,9	35,2	153,9	1087,2

	Средние показатели за период	1268,5	38,7	33,77	150,51	1059,27
--	------------------------------	--------	------	-------	--------	---------

Приложение 5
к Приказу от 11.08.2022 № 102

**Примерное
Меню**
для организации питания детей 3-7 лет в дошкольной группе
МБОУ «Дубенская основная общеобразовательная школа»
Беляевского района Оренбургской области
Сезон осень-зима
**Меню для организации питания детей 3-7 лет в дошкольной образовательной
организации**
Сезон осень-зима

№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г.	г.	г.	г.	ккал.
	Понедельник, 1 неделя					
	Завтрак					
54-13к-2020	Каша вязкая молочная пшеничная	150	6,1	6,9	29	202,7
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,3	0,6	8	38,4
Пром.	Яблоко	70	0,3	0,3	6,9	31,1
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,6	0,5	15,8	78,2
	Итого за Завтрак	460	9,3	8,3	59,7	350,4
	Второй завтрак					
Пром.	Молоко	180	5,2	4,5	8,6	95,9
	Итого за Второй завтрак	180	5,2	4,5	8,6	95,9
	Обед					
54-7з-2020	Салат из белокачанной капусты	60	1,6	6,1	6,2	85,7
54-1с-2020	Щи из свежей капусты со сметаной	200	4,7	5,6	5,7	92,2
54-10г-2020	Картофель отварной в молоке	150	4,5	5,5	26,5	173,7
54-3р-2020	Котлета рыбная (минтай)	80	17,1	9,5	3,4	167,4
54-5соус-2020	Соус молочный натуральный	20	0,7	1,5	1,9	23,8
54-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0,1	18,3	75,9
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	45	3	0,5	17,8	88
	Итого за Обед	755	30,9	22,8	75,1	629,5
	Полдник					
Пром.	Вафли с фруктовыми начинками	50	1,4	1,7	38,7	175,1
Пром.	Сок	200	2,2	0,2	25,2	111,4
	Итого за Полдник	250	3,6	1,9	63,9	286,5
	Итого за день	2155	82,9	52,5	255,7	1827,1
	Вторник, 1 неделя					
	Завтрак					
54-6к-2020	Каша вязкая молочная пшеничная	150	6,2	7,6	28,2	206,2
54-3гн-2020	Чай с сахаром и лимоном	200	0,2	0,1	1,7	8,3
Пром.	Повидло яблочное	20	0,1	0	13	52,3

Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,6	0,5	15,8	78,2
	Итого за Завтрак	410	9,1	8,2	58,7	345
	Второй завтрак					
Пром.	Бифидок	150	5,1	3,8	8,3	87,2
	Итого за Второй завтрак	150	5,1	3,8	8,3	87,2
	Обед					
54-13з-2020	Салат из свеклы отварной	60	0,8	2,7	4,6	45,7
54-6с-2020	Суп картофельный с клецками	200	4,6	3,3	11,4	93,6
54-12м-2020	Плов из курицы	150	20,5	6	24,9	236
54-12хн-2020	Компот из клюквы	200	0,1	0	7	28,8
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,6	0,5	15,8	78,2
	Итого за Обед	650	22,4	32,1	57,2	607
	Полдник					
54-6т-2020	Сырники	50	9,8	2,9	10,3	106,7
54-21гн-2020	Какао с молоком	200	3,4	2,6	11	81
	Итого за Полдник	250	17	8,3	28,6	257,8
	Итого за день	2000	66,1	61,7	233	1751,6
	Среда, 1 неделя					
	Завтрак					
54-1к-2020	Каша вязкая молочная овсяная с изюмом	150	6,3	8,1	28,8	212,9
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,1	0	6,4	26,1
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,6	0,5	15,8	78,2
Пром.	Груша	70	0,3	0,2	7,2	31,9
	Итого за Завтрак	460	9,3	8,8	58,2	349,1
	Второй завтрак					
Пром.	Сок фруктовый	200	0,4	0	20,6	84
	Итого за Второй завтрак	200	0,4	0	20,6	84
	Обед					
54-11з-2020	Салат из моркови и яблок	60	0,6	6,1	4,3	74,2
54-4с-2020	Рассольник домашний	200	4,6	5,7	11,6	116,1
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	6,3	35,9	233,7
54-8м-2020	Тефтели из говядины паровые	80	10,9	9,5	6,7	156
54-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0,1	18,3	75,9
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,6	0,5	15,8	78,2
	Итого за Обед	730	27,2	22,2	82,4	639,3
	Полдник					
54-23хн-2020	Кисель из смородины	200	0,2	0,1	12,2	50,6
54-2в-2020	Корж молочный	50	2,5	9,9	23,3	192,4
	Итого за Полдник	250	2,7	10	35,5	243
	Итого за день	2130	65,1	63,2	236,5	1776
	Четверг, 1 неделя					
	Завтрак					
54-1з-2020	Сыр твердых сортов в нарезке	10	2,3	3	0	35,8
54-1о-2020	Омлет натуральный	150	12,7	17,9	3,2	225,2
54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0	6,6	27,2
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	30	2	0,4	11,9	58,7
	Итого за Завтрак	390	17,5	21,6	28,6	378
	Второй завтрак					
Пром.	Яблоко	70	0,3	0,3	6,9	31,1
	Итого за Второй завтрак	70	0,3	0,3	6,9	31,1
	Обед					

54-2с-2020	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	4,7	5,7	10,1	110,4
54-11г-2020	Картофельное пюре	150	3,1	5,3	19,8	139,4
54-11р-2020	Тфтели рыбные (минтай)	80	12,6	9	10,1	172,2
54-2соус-2020	Соус белый основной	30	0,8	1,1	1,3	18,7
54-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0,1	18,3	75,9
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,6	0,5	15,8	78,2
	Итого за Обед	760	25,7	21,9	85,6	642,6
	Полдник					
Пром.	Сок овощной	200	2,2	0,2	25,2	111,4
Пром.	Печенье	40	3	3,9	29,8	166,3
	Итого за Полдник	240	5,2	4,1	55	277,7
	Итого за день	2150	72,3	62	237,3	1795,8
	Пятница, 1 неделя					
	Завтрак					
54-19к-2020	Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,5	4,5	17,9	134,2
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0,6	7	34,3
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,6	0,5	15,8	78,2
Пром.	Банан	100	1,5	0	22,4	95,6
	Итого за Завтрак	540	9,8	5,6	63,1	342,3
	Второй завтрак					
Пром.	Йогурт	150	5,1	3,8	8,3	87,2
	Итого за Второй завтрак	150	5,1	3,8	8,3	87,2
	Обед					
54-13з-2020	Салат из свеклы отварной	60	0,8	2,7	4,6	45,6
54-1с-2020	Щи из свежей капусты со сметаной	200	4,7	5,6	5,7	92,2
54-12м-2020	Плов из курицы	150	20,5	6	24,9	236
54-4хн-2020	Компот из изюма	200	0,3	0,1	10,2	42,8
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,6	0,5	15,8	78,2
	Итого за Обед	650	22,7	23,8	75,3	607,1
	Полдник					
54-10в-2020	Булочка ванильная	60	4,7	4	30,5	176,9
Пром.	Сок яблочный	200	1	0,2	20,2	86,6
	Итого за Полдник	260	5,7	4,2	50,7	263,5
	Итого за день	2150	72,6	51,6	246,4	1741,4
	Понедельник, 2 неделя					
	Завтрак					
54-19з-2020	Масло сливочное (порциями)	5	0	3,6	0,1	33
54-19к-2020	Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,5	4,5	17,9	134,2
54-21гн-2020	Какао с молоком	200	3,4	2,6	11	81
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,6	0,5	15,8	78,2
	Итого за Завтрак	515	11,8	11,4	52	358,3
	Второй завтрак					
Пром.	Сок яблочный	200	1	0,2	20,2	86,6
	Итого за Второй завтрак	200	1	0,2	20,2	86,6
	Обед					
54-11з-2020	Салат из моркови и яблок	60	0,6	6,1	4,3	74,2
54-3с-2020	Рассольник Ленинградский	200	4,8	5,8	13,6	125,5
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	6,3	35,9	233,7

54-5м-2020	Котлеты из курицы	75	14,3	3,2	10	126,5
54-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0,1	18,3	75,9
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,6	0,5	15,8	78,2
	Итого за Обед	730	27,4	22,3	82	638,9
	Полдник					
Пром.	Сок морковный	200	2,2	0,2	25,2	111,4
Пром.	Вафли с фруктовыми начинками	50	1,4	1,7	38,7	175,1
	Итого за Полдник	250	3,6	1,9	63,9	286,5
	Итого за день	2265	69,6	50	272,3	1818,4
	Вторник, 2 неделя					
	Завтрак					
54-13к-2020	Каша вязкая молочная пшеничная	150	6,1	6,9	29	202,7
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0,6	7	34,3
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,6	0,5	15,8	78,2
Пром.	Яблоко	70	0,3	0,3	6,9	31,1
	Итого за Завтрак	460	9,2	7,8	58,9	342,5
	Второй завтрак					
Пром.	Снежок	120	3,2	3	13	91,8
	Итого за Второй завтрак	120	3,2	3	13	91,8
	Обед					
54-14з-2020	Салат из свеклы с курагой и изюмом	60	1,1	3,2	10	73,4
54-1с-2020	Щи из свежей капусты со сметаной	180	4,2	5,1	5,1	83
54-11г-2020	Картофельное пюре	150	3,1	5,3	19,8	139,4
54-11р-2020	Тефтели рыбные (минтай)	80	17,1	9,5	3,4	167,4
54-5соус-2020	Соус молочный натуральный	20	0,7	1,5	1,9	23,8
54-4хн-2020	Компот из изюма	200	0,3	0,1	10,2	42,8
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,6	0,5	15,8	78,2
	Итого за Обед	730	29,3	25,1	75,8	646,2
	Полдник					
54-10в-2020	Булочка ванильная	60	4,7	4	30,5	176,9
Пром.	Молоко	200	5,8	5	9,6	106,6
	Итого за Полдник	260	10,5	9	40,1	283,5
	Итого за день	2045	75,6	67	225,9	1809,3
	Среда, 2 неделя					
	Завтрак					
54-20з-2020	Горошек зеленый	30	0,9	0,1	1,8	11,1
54-1о-2020	Омлет натуральный	150	12,7	17,9	3,2	225,2
54-3гн-2020	Чай с сахаром и лимоном	200	0,2	0,1	1,7	8,3
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,6	0,5	15,8	78,2
	Итого за Завтрак	420	16,4	18,6	28,1	345,1
	Второй завтрак					
Пром.	Сок абрикосовый	180	0,9	0	22,9	95
	Итого за Второй завтрак	180	0,9	0	22,9	95
	Обед					
54-8с-2020	Суп картофельный с горохом	200	6,7	4,6	16,3	133,1
54-9г-2020	Рагу из овощей	150	2,9	7,5	13,6	133,3
54-4м-2020	Котлеты из говядины	75	13,7	13	12,3	221,4
54-12хн-2020	Компот из клюквы	200	0,1	0	7	28,8
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,6	0,5	15,8	78,2

	Итого за Обед	725	27,4	32,2	67,1	668,3
	Полдник					
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,1	0	6,4	26,1
Пром.	Печенье	40	3	3,9	29,8	166,3
	Итого за Полдник	240	5,2	4,1	55	277,7
	Итого за день	2075	67,3	63,4	247,7	1830,4
	Четверг, 2 неделя					
	Завтрак					
54-4к-2020	Каша вязкая молочная кукурузная с изюмом	150	5,3	6,6	35,7	223,6
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,1	0	6,4	26,1
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,6	0,5	15,8	78,2
Пром.	Яблоко	70	0,6	0,1	5,3	24,5
	Итого за Завтрак	460	8,6	7,2	63,2	352,4
	Второй завтрак					
Пром.	Ряженка	180	5,2	4,5	7,6	91,6
	Итого за Второй завтрак	180	5,2	4,5	7,6	91,6
	Обед					
54-7з-2020	Салат из белокачанной капусты	60	1,6	6,1	6,2	85,7
54-10с-2020	Суп крестьянский с крупой (крупя перловая)	200	5,1	5,8	10,8	115,6
54-11г-2020	Картофельное пюре	150	3,1	5,3	19,8	139,4
54-5м-2020	Котлеты из курицы	75	14,3	3,2	10	126,5
54-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,6	0,5	15,8	78,2
	Итого за Обед	725	28,4	17,4	84,2	607,2
	Полдник					
54-4т-2020	Пудинг из творога с яблоками	50	15,3	7,2	10,2	166,9
54-23хн-2020	Кисель из смородины	200	0,2	0,1	12,2	50,6
	Итого за Полдник	250	16,7	7,6	33	267,3
	Итого за день	2135	81,2	53	242,7	1773,4
	Пятница, 2 неделя					
	Завтрак					
54-1з-2020	Сыр твердых сортов в нарезке	15	3,5	4,4	0	53,7
54-17к-2020	Суп молочный с гречневой крупой	200	5,7	4,8	15,9	129,9
54-21гн-2020	Какао с молоком	200	3,4	2,6	11	81
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,6	0,5	15,8	78,2
Пром.	Груша	70	0,3	0,2	7,2	31,9
	Итого за Завтрак	525	15,5	12,5	49,9	374,7
	Второй завтрак					
Пром.	Напиток тыквенный	200	0,4	0	20,6	84
	Итого за Второй завтрак	200	0,4	0	20,6	84
	Обед					
54-14з-2020	Салат из свеклы с курагой и изюмом	60	1,1	3,2	10	73,4
54-3с-2020	Рассольник Ленинградский	180	4,3	5,2	12,3	113
54-1г-2020	Макаронные отварные	150	4,7	6,2	26,5	180,7
54-11р-2020	Тефтели рыбные (минтай)	60	9,5	6,8	7,6	129,1
54-2соус-2020	Соус белый основной	20	0,5	0,8	0,9	12,5
54-4хн-2020	Компот из изюма	200	0,3	0,1	10,2	42,8
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	35	2,3	0,4	13,9	68,5

	Итого за Обед	705	22,9	22,8	90,6	658,5
	Полдник					
54-10в-2020	Булочка ванильная	60	4,7	4	30,5	176,9
Пром.	Молоко	180	5,2	4,5	8,6	95,9
	Итого за Полдник	240	9,9	8,5	39,1	272,8
	Итого за день	2180	72,6	56,9	259,5	1840
	Средние показатели за Завтрак	471	11,65	11	52,04	353,78
	Средние показатели за Второй завтрак	174	3,17	2,43	13,87	89,92
	Средние показатели за Обед	732	26,43	24,26	77,53	634,46
	Средние показатели за Полдник	254	8,01	5,96	46,48	271,63
	Средние показатели за Ужин	502,5	23,27	14,48	55,78	446,55
	Средние показатели за период	2133,5	72,5	58,1	245,7	1796,3

Приложение 6
к Приказу от 11.08.2022 № 102

Организация питания для обучающихся
МБОУ «Дубенская основная общеобразовательная школа»
в 2022-2023 учебном году

№ группы	Время перемены	Пр-ть перемены	класс	Кол-во об-ся	Наименование приема пищи
1	10.00-10.20	20 минут	1,2,4	11	Уплотненный завтрак
2	10.50-11.10	20 минут	5,6,7	10	Уплотненный завтрак
4	11.50-11.10	20 минут	8,9	12	Уплотненный завтрак

График дежурства учителей (классных руководителей)
школьной столовой
МБОУ «Дубенская основная общеобразовательная школа»
в 2022-2023 учебном году

Неделя месяца	Ф.И.О классного руководителя
1 неделя	Каримова Л.И.
2 неделя	Кузнецова Т.К.
3 неделя	Каримова Л.И.
4 неделя	Кузнецова Т.К.
и.т.д.	Каримова Л.И.