



**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 1»**

П Р И К А З

от «22» января 2024 г. № 12/0
г. КОТЛАС

«Об утверждении примерного 10-дневного меню для обучающихся 1-4 классов на 2023-2024 учебный год»

В соответствии со ст. 37 Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» на основании СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения», Методических рекомендаций к организации общественного питания населения (МР 2.3.6.0233-21), Методических рекомендаций по организации питания обучающихся общеобразовательных организаций (МР 2.4.0179-20) с целью создания благоприятных условий для организации рационального питания обучающихся, строгого выполнения и соблюдения технологии приготовления блюд в соответствии с меню, выполнением норм калорийности, а также соблюдения всех норм и правил гигиены, сохранения жизни и здоровья детей

п р и к а з ы в а ю:

1. Утвердить примерное десятидневное меню для организации бесплатного горячего питания обучающихся 1-4 классов с 22.01.2024г.
2. Утвердить технологические карты блюд, разработанные для примерного десятидневного меню обучающихся 1-4 классов.
3. Заведующей производством Бояринцевой И.В. обеспечить своевременную заявку и завоз набора основных продуктов, согласно нового 10-ти дневного меню.
4. Поварам строго соблюдать выполнение 10-дневного меню.
5. Членам бракеражной комиссии проводить контроль за технологией приготовления блюд, согласно технологическим картам.
3. Контроль за исполнением приказа оставляю за собой.

Директор

С приказом ознакомлены



А. Г. Оводова

Примерное десятидневное меню

Утверждаю
 Директор МОУ «Средняя
 общеобразовательная школа №1»
 А.Г. Оводова
 «22» января 2024г.

Примерное 10-ти дневное меню для организации горячего питания обучающихся 1– 4 классов МОУ «Средняя общеобразовательная школа №1»

№ п/п	Дни недели	Наименование блюд	Выход (г)	Энергетическая ценность рациона питания			
				Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Ккал (г)
1	Понедельник	Каша пшениная молочная	200	7,3	4,3	38,27	220,98
		Чай с сахаром	200	0,53	-	9,47	40
		Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14
		Масло сливочное	10	0,1	7,2	0,13	65,72
		Сыр (порциями)	15	3,48	4,43	-	53,75
		Фрукты свежие	100/150	1,5	0,5	21	95
Итого за день				15,28	16,73	83,36	545,59
2	Вторник	Омлет натуральный	150	14,72	20,70	2,88	256,68
		Горошек зеленый консервированный	50	1,55	0,10	3,25	20,1
		Чай с сахаром и лимоном	200	0,53	-	9,87	41,6
		Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14
		Масло сливочное	10	0,1	7,2	0,13	65,72
		Фрукты свежие	100/150	1,5	0,5	21	95
Итого за день				20,77	28,8	51,62	549,24
3	Среда	Тефтели рыбные	80	5,87	4,13	8,31	93,89
		Картофельное пюре	150	3,08	2,33	19,13	109,73
		Соус красный основной	50	0,68	2,45	3,73	39,7
		Кофейный напиток	200	3,6	2,67	29,20	155,20
		Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14
		Овощи по сезону	60	0,85	3,6	4,9	55,68
Итого за день				16,45	15,48	79,76	524,34
4	Четверг	Гуляш из говядины	80	9,47	9,2	3	132,67
		Каша гречневая рассыпчатая	150	8,9	4,1	39,84	231,86
		Компот из свежих фруктов	200	0,16	0,16	23,88	97,6
		Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14
		Овощи по сезону	60	0,85	3,6	4,9	55,68
Итого				21,75	17,36	86,11	587,95

5	Пятница	Котлета куриная	80	12,16	10,88	10,8	189,76
		Макароны отварные с маслом	150	5,1	7,5	28,50	201,90
		Сок натуральный	200	1	0,2	20,2	86,6
		Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14
		Овощи по сезону	60	0,85	3,6	4,9	55,68
Итого за день				21,48	22,48	78,17	604,08
6	Понедельник	Каша рисовая молочная	200	3,3	8,6	23,2	183,4
		Какао с молоком	200	3,78	0,67	26	125,11
		Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14
		Масло сливочное	10	0,1	7,2	0,13	65,72
		Сыр (порциями)	15	3,48	4,43	-	53,75
		Фрукты свежие	100/150	1,5	0,5	21	95
Итого за день				14,53	21,7	84,82	593,12
7	Вторник	Кура отварная	80	17,34	10,66	-	165,34
		Рис отварной	150	3,67	5,42	36,67	210,11
		Чай с сахаром	200	0,53	-	9,47	40
		Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14
		Овощи по сезону	60	0,85	3,6	4,9	55,68
Итого за день				24,76	19,98	65,53	541,27
8	Среда	Тефтели из говядины	80	6,93	7,47	11,07	139,2
		Картофельное пюре	150	3,08	2,33	19,13	109,73
		Соус основной красный	50	0,68	2,45	3,73	39,7
		Компот из свежих фруктов	200	0,16	0,16	23,88	97,6
		Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14
		Овощи по сезону	60	0,85	3,6	4,9	55,68
Итого за день				14,07	16,31	77,2	512,05
9	Четверг	Запеканка творожная со сгущенным молоком	150/20	21,9	16,59	42	405
		Чай с сахаром и лимоном	200	0,53	-	9,87	41,6
		Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14
		Фрукты свежие	100/150	1,5	0,5	21	95
Итого за день				26,3	17,39	87,36	611,74
10	Пятница	Макароны отварные с сыром	180/30	11,14	12,01	27,25	261,59
		Яйцо отварное	40	5,08	4,6	0,28	62,84
		Сок натуральный	200	1	0,2	20,2	86,6
		Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14
		Овощи по сезону	60	0,85	3,6	4,9	55,68
Итого за день				20,44	20,71	67,12	536,85