

**Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение
"Воскресенская средняя общеобразовательная школа"
имени Героя Советского Союза Михаила Владимировича Угарова
Кировского района Калужской области**

П Р И К А З

17.01.2024

№ 14

Об утверждении примерного двенадцатидневного меню для столовой на 2023-2024 учебный год

Приказываю:

1. Утвердить примерное двенадцатидневное меню для столовой МКОУ "Воскресенская СОШ" им. М. В.Угарова на 2023-2024 учебный год. (Приложение 1).

2. Заведующему хозяйством Соколиковой Л.Г. составлять меню требование в соответствии с утвержденным меню.

3. Повару Алешкиной Е.А. при приготовлении завтраков и обедов строго соблюдать выданное меню-требование.

4. Ответственному за организацию питания Питиримовой Т.А. заместителю директора по ВР организовать работу по ознакомлению родителей(законных представителей) учащихся с Положением о питании, провести работу по составлению списков учащихся на льготное питание.

Директор школы:



Дашина А.А.

Школа **МКОУ "Воскресенская СОШ" им.М.В.Угарова** Утвердил: должность **директор**
Типовое примерное меню приготавливаемых блюд фамилия **Дашина А.А.**
 Возрастная категория **7-11 лет** дата **17 1 2024**
день месяц год

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	№ рецептуры	Цена
1	1	Завтрак	гор.блюдо	Каша рассыпчатая гречневая	180	8,90	4,10	39,84	231,86		5,57
			гор.напиток	Чай с сахаром	200	0,53	0,00	9,47	40,00		2
			хлеб	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	93,52		3,31
			фрукты	Груша	128	0,36	0,14	12,13	57		17,5
				Масло сливочное	10	0,5	82,50	0,80	748,00		9,62
			<i>итого</i>		378	13,45	87,14	81,56	1170,38		38
1	1	Обед	закуска								
			1 блюдо	Суп гороховый	250	7,50	3,25	17,25	552,25		10,53
			2 блюдо	Птица (курица) отварная	120	26,00	16,00	0,00	248,00		23,5
			гарнир	Макаронны отварные с маслом	180	5,10	7,50	28,50	201,90		4,02
			напиток	Кисель	200	0,53	0,00	9,47	40,00		4,76
			хлеб бел.								
			хлеб черн.	Хлеб целебный	40	2,24	0,44	19,76	91,96		4,19
			<i>итого</i>		790	41,37	27,19	74,98	1134,11		47
1	1	Итого за день:			1168	54,82	114,33	156,54	2304,49		85
1	2	Завтрак	гор.блюдо	яйцо отварное	40	5,08	62,84	0,28	62,84		15,8
			гор.напиток	Чай с сахаром	200	0,53	0,00	9,47	40,00		2
			хлеб	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	93,52		3,31
			фрукты	Яблоко	100	0,36	0,14	12,13	57		5,5
				Масло сливочное	20	0,5	82,50	0,80	748,00		11,39
			<i>итого</i>		380	9,63	145,88	42	1001,36		38
1	2	Обед	закуска								
			1 блюдо	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,77	4,95	7,90	89,75		13,5
			2 блюдо	Плов	180	16,49	16,89	26,02	322,00		25,79
			гарнир								
			напиток	Компот из с/ф	200	0,53	0,00	9,47	40,00		3,52
			хлеб бел.								
			хлеб черн.	Хлеб целебный	40	2,24	0,44	19,76	91,96		4,19
<i>итого</i>		490	21,03	22,28	63,15	543,71		47			
1	2	Итого за день:			870	30,66	168,16	105,15	1545,07		85

1	3	Завтрак	гор.блюдо	Каша Дружба (рис, пшено)	180	4,98	7,89	42,16	259,00		14,58
			гор.напиток	Какао с молоком	200	3,78	0,67	26,00	125,11		7,63
			хлеб	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	93,52		3,31
			фрукты	Яблоко	100	0,26	0,17	11,41	52		7,29
				Печенье	33	7	9	0	107		5,19
			<i>итого</i>		373	15,4	18,13	98,89	636,63		38
1	3	Обед	закуска								
			1 блюдо	суп картофельный с макаронными изделиями с мясом	250	2,20	2,78	15,34	106,00		14,57
			2 блюдо	рыба тушеная с овощами	80	7,64	7,40	2,20	106,00		18,9
			гарнир	Картофельное пюре с маслом сливочным	180	2,17	6,41	12,59	121,00		7,5
			напиток	напиток лимонный	200	0,53	0,00	9,47	40,00		2,67
			хлеб бел.								
			хлеб черн.	Хлеб целебный	40	2,24	0,44	19,76	91,96		3,36
			<i>итого</i>		490	14,78	17,03	59,36	464,96		47
1	3	Итого за день:			863	30,18	35,16	158,25	1101,59		85
1	4	Завтрак	гор.блюдо	каша манная молочная	180	8,31	13,12	47,61	342,00		15
			гор.напиток	Какао с молоком	200	3,78	0,67	26,00	125,11		7,65
			хлеб	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	93,52		3,31
			фрукты								
				Печенье	40	7	9	0	107		6,36
				Масло сливочное	10	0,5	82,5	0,8	748		5,68
			<i>итого</i>		470	22,75	105,69	93,73	1415,63		38
1	4	Обед	закуска								
			1 блюдо	Рассольник ленинградский	250	2,02	5,20	15,58	117,90		13,3
			2 блюдо	Биточки из мяса	100	15,20	17,38	2,56	225,00		21
			гарнир	Каша перловая рассыпчатая с маслом	200	3,07	7,42	13,28	360,48		3,72
			напиток	кисель	200	0,53	0,00	9,47	40,00		4,79
			хлеб бел.								
			хлеб черн.	Хлеб целебный	40	2,24	0,44	19,76	91,96		4,19
			<i>итого</i>		690	23,06	30,44	60,65	835,34		47
1	4	Итого за день:			1160	45,81	136,13	154,38	2250,97		85

1	5	Завтрак	гор.блюдо	макаронны сладкие	150	3,94	3,77	0,04	166,80		4,36
			гор.напиток	Чай с сахаром	200	3,6	4,80	17,80	128,34		2
			хлеб	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	93,52		3,31
			фрукты	Груша	166	0,26	0,17	11,41	52		22,75
				Масло сливочное	10	0,037	5,50	0,07	59,09		5,58
				<i>итого</i>		416	11,001	14,64	48,632	499,748	
1	5	Обед	закуска								
			1 блюдо	суп с вермишелью с птицей	250	2,57	5,54	11,62	115,75		13,4
			2 блюдо	Каша рассыпчатая гречневая	180	8,90	4,10	39,84	231,86		5,23
			гарнир	Котлета	80	7,64	7,40	2,20	106,00		21
			напиток	компот из с\ф	200	0,53	0,00	9,47	40,00		3,18
			хлеб бел.								
			хлеб черн.	Хлеб ржанной	40	2,24	0,44	19,76	91,96		4,19
				<i>итого</i>		490	21,88	17,48	82,89	585,57	
1	5	Итого за день:			906	32,881	32,12	131,52	1085,32		85
2	1	Завтрак	гор.блюдо	Каша жидкая молочная из гречневой крупы	250	7,50	8,50	36,50	252,50		11,23
			гор.напиток	Чай с лимоном	200	0,53	0	9,87	41,60		2,99
			хлеб	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	93,52		3,31
			фрукты	Груша	100	0,36	0,14	12,13	57		14,95
				Масло сливочное	10	0,037	5,38	0,07	59,09		5,52
				<i>итого</i>		600	11,587	14,423	77,887	503,712	
2	1	Обед	закуска								
			1 блюдо	Суп рыбный	250	7,15	48,15	15,62	549,25		14,02
			2 блюдо	Котлеты мясная натуральная рубленая	80	9,87	17,33	8,80	230,67		19,68
			гарнир	рис отварной с маслом	180	5,10	7,50	28,50	201,90		5,59
			напиток	компот из с\ф	200	0,53	0,00	9,47	40,00		3,52
			хлеб бел.								
			хлеб черн.	хлеб целебный	40	2,24	0,44	19,76	91,96		4,19
				<i>итого</i>		500	24,89	73,42	82,15	1113,78	
2	1	Итого за день:			1100	36,477	87,843	160,04	1617,49		85

2	2	Завтрак	гор.блюдо	каша рисовая молочная	200\5	3,82	9,19	21,89	199,75	15,07
			гор.напиток	Чай с сахаром	200	0,53	0,00	9,47	40,00	2
			хлеб	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	3,31
			фрукты							
				Масло сливочное	10	0,037	5,38	0,07	59,09	5,52
				Печенье	30	7	9	0	107	12,1
			<i>итого</i>		280	14,547	23,974	50,75	499,362	38
2	2	Обед	закуска							
			1 блюдо	Суп гороховый	250	7,80	48,02	15,94	552,25	10,53
			2 блюдо	Тефтеля	60	14,55	16,79	2,89	221,00	12,19
			гарнир	Картофельное пюре с маслом сливочным	180	2,17	6,41	12,59	121,00	7,5
			напиток	снежок	180	0,53	0,00	9,47	40,00	12,59
			хлеб бел.							
			хлеб черн.	хлеб целебный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	4,19
			<i>итого</i>		470	27,29	71,66	60,65	1026,21	47
2	2	Итого за день:			750	41,837	95,634	111,4	1525,57	85
2	3	Завтрак	гор.блюдо	каша овсяная	200	6,21	10,16	31,55	231,61	14,3
			гор.напиток	Чай с сахаром	200	0,53	0,00	9,47	40,00	2
			хлеб	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	3,31
			фрукты							
				Масло сливочное	10	0,037	5,38	0,07	59,09	5,52
				Печенье	40	7	9	0	107	12,87
			<i>итого</i>		290	16,936	24,939	60,407	531,224	38
2	3	Обед	закуска							
			1 блюдо	Борщ сибирский	250	6,25	4,50	13,75	120,50	18,3
			2 блюдо	Котлета	80	14,00	15,50	24,83	294,83	14,49
			гарнир	Каша рассыпчатая гречневая	180	8,90	4,10	39,84	231,86	5,23
			напиток	Кисель	200	0,53	0,00	9,47	40,00	4,79
			хлеб бел.							
			хлеб черн.	хлеб целебный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	4,19
			<i>итого</i>		420	31,92	24,54	107,65	779,15	47
2	3	Итого за день:			710	48,856	49,479	168,06	1310,37	85

2	4	Завтрак	гор.блюдо	Запеканка творожная	150	20,50	15,05	31,55	341,38		36
			гор.напиток	Чай с сахаром	200	0,53	0,00	9,47	40,00		2
			хлеб								
			фрукты								
			<i>итого</i>		350	21,028	15,054	41,02	381,383		38
2	4	Обед	закуска								
			1 блюдо	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,80	4,98	8,13	84,48		13,5
			2 блюдо	рыба тушеная с овощами	80	7,64	7,40	2,20	106,00		12,58
			гарнир	Макаронны отварные с маслом	180	5,10	7,50	28,50	201,90		4,02
			напиток	Компот	200	0,16	0,16	23,88	97,60		3,52
			хлеб бел.								
			хлеб черн.	Хлеб целебный	40	2,24	0,44	19,76	91,96		4,19
				Яблоко	167	0,26	0,17	11,41	52		9,19
			<i>итого</i>		657	17,2	20,65	93,88	633,94		47
2	4	Итого за день:		1007	38,228	35,704	134,9	1015,32		85	
2	5	Завтрак	гор.блюдо	Яйцо отварное	40	5,08	62,84	0,28	62,84		15,8
			гор.напиток	Чай с сахаром	200	0,53	0,00	9,47	40,00		2
			хлеб	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	93,52		3,31
			фрукты	Яблоко	100	0,26	0,17	11,41	52		5,5
				Сыр российский порциями	20	6,96	8,85	0,00	107,49		11,39
			<i>итого</i>		340	15,99	72,26	40,48	355,85		38
2	5	Обед	закуска								
			1 блюдо	борщ с мясом	250	3,56	5,12	14,17	127,75		14,14
			2 блюдо	гуляш с мясом	200г	14,00	15,50	24,83	294,83		17,65
			гарнир	Картофельное пюре с маслом сливочным	180	2,17	6,41	12,59	121,00		7,5
			напиток	Компот из с/ф	200	0,53	0,00	9,47	40,00		3,52
			хлеб бел.								
			хлеб черн.	Хлеб ржанной	40	2,24	0,44	19,76	91,96		4,19
			<i>итого</i>		490	22,5	27,47	80,82	675,54		47
2	5	Итого за день:		830	38,49	99,73	121,3	1031,39		85	
Среднее значение за период:				936,4	39,8239	85,429	140,15	1478,76		85	

Школа **МКОУ "Воскресенская СОШ" им.М.В.Угарова** Утвердил: должность **директор**
Типовое примерное меню приготавливаемых блюд фамилия **Дашина А.А.**
 Возрастная категория **7-11 лет** дата **17 1 2024**
день месяц год

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	№ рецептуры	Цена
1	1	Завтрак	гор.блюдо								
			гор.напиток								
			хлеб	Печенье	40	7,00	9,00	0,00	107,00		8,87
			фрукты	Яблоко	100	0,26	0,17	11,41	52		8
				Йогурт	120	6,53	5,40	9,07	100,00		21,13
			<i>итого</i>		260	13,79	14,57	20,48	259		38
1	1	Обед	закуска								
			1 блюдо								
			2 блюдо	Картофель тушеный с мясом	250	2,17	6,41	12,59	121,00		39,32
			гарнир								
			напиток	Компот	200	0,53	0,00	9,47	40,00		3,52
			хлеб бел.								
			хлеб черн.	Хлеб целебный	50	2,24	0,44	19,76	91,96		4,16
			<i>итого</i>		500	4,94	6,85	41,82	252,96		47
1	1	Итого за день:			760	18,73	21,42	62,3	511,96		85
1	2	Завтрак	гор.блюдо								
			гор.напиток								
			хлеб	Печенье	40	7,00	9,00	0,00	107,00		8,87
			фрукты	Яблоко	100	0,26	0,17	11,41	52		8
				Йогурт	120	6,53	5,40	9,07	100,00		21,13
			<i>итого</i>		260	13,79	14,57	20,48	259		38
1	2	Обед	закуска								
			1 блюдо								
			2 блюдо	Плов с мясом	200	16,49	16,89	26,02	322,00		39,57
			гарнир								
			напиток	Кисель	200	0,53	0,00	9,47	40,00		3,27
			хлеб бел.								
			хлеб черн.	Хлеб целебный	50	2,44	0,44	19,76	91,96		4,16
			<i>итого</i>		250	19,46	17,33	55,25	453,96		47
1	2	Итого за день:			510	33,25	31,9	75,73	712,96		85