

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 2 С.ОКТЯБРЬСКОЕ»
МО-ПРИГОРОДНЫЙ РАЙОН РЕСПУБЛИКИ СЕВЕРНАЯ ОСЕТИЯ - АЛАНИЯ

П Р И К А З

от « 10 » января 2022 г.

№ 20

**Об утверждении примерного 10-дневного меню организованного
бесплатного горячего питания обучающихся
МБОУ СОШ № 2 с. Октябрьское МО - Пригородный район
на 2021-2022 учебный год**

В соответствии с п. 8.1.3 Санитарно-эпидемиологических правил и норм СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 27.10.2020 № 32, в соответствии письма Министерства образования и науки РСО – Алания от 29.12.2021 № 2056 «Примерное типовое 10 – дневное меню для государственных и муниципальных общеобразовательных организаций РСО – Алания», **приказываю:**

1. Утвердить прилагаемое примерное 10-дневное меню организованного горячего бесплатного питания обучающихся 1 – 4 классов МБОУ СОШ № 2 с. Октябрьское (Приложение № 1).
2. Утвердить прилагаемое примерное 10-дневное меню организованного горячего бесплатного питания обучающихся 5 – 11 классов МБОУ СОШ № 2 с. Октябрьское (Приложение № 2).
3. Работникам школьной столовой строго придерживаться разработанного примерного меню организованного питания обучающихся, не допуская замены по дням недели.
4. Контроль за исполнением настоящего приказа оставляю за собой.

Директор



Догужева Ф.А.

День: вторник																				
Неделя:	1	Пищевые вещества (г)		Энергетическая ценность (ккал)		Витамины (мг)		Минеральные вещества (мг)												
№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Б	Ж	У	В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15						
Завтрак																				
15/М	Сыр полутвердый	15	3,9	3,92			0,12	34,5	0,08	150	96	6,75	0,15							
209/М	Яйцо вареное	40	5,08	4,6	0,28	0,03		100	0,24	22	76,8	4,8	1							
73/М/ССЖ	Каша пшеничная молочная	160	5,84	5,81	31,75	0,12	0,43	27,1	0,63	103,68	159,99	30,56	1,72							
12/М/ССЖ	Какао на молоке, 180/10	180	3,37	2,85	14,71	0,02	0,54	9,12	0,01	113,12	107,2	29,6	1							
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,4	19,32	0,04				8	26	5,6	0,44							
338/М	Мандарин	100	0,8	0,2	7,5	0,06	38		0,2	35	17	11	0,1							
Итого за Завтрак		535	22,03	17,78	73,56	0,27	39,09	170,72	1,16	431,80	482,99	88,31	4,41							
День: среда																				
Неделя:	1	Пищевые вещества (г)		Энергетическая ценность (ккал)		Витамины (мг)		Минеральные вещества (мг)												
№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Б	Ж	У	В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15						
Завтрак																				
14/М	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13			40	0,1	2,4	3		0,02							
М/ССЖ	Котлеты из говядины с соусом сметанно-томатным, 90/30	120	9,43	10,64	8,53	0,08	2	7,5	2,20	27,00	144,12	21,36	2,17							
12/М	Макароны отварные	150	6,2	4,58	42,3	0,1			0,9	15,08	52,95	9,82	0,99							
М/ССЖ	Чай с молоком, 180/10	180	1,45	1,25	12,38	0,01	0,4	5		64,95	53,24	11,4	0,9							
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,4	19,32	0,04			94	8	26	5,6	0,44							
8/М	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	0,03	10	5	0,2	16	11	9	2,2							
Итого за Завтрак		600	20,60	24,52	92,46	0,26	12,11	57,50	3,40	133,43	290,31	57,18	6,72							

День:	День:	четверг	№	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				
						Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
1	2	Завтрак															
223/М/ССЖ		Запеканка из творога с ягодным соусом, 150/40	190	19,89	12,14	35,64	331,38	0,08	5,57	70	2,31	220,35	291,94	39,01	0,94		
379/М/ССЖ		Напиток кофейный на молоке, 180/10	180	2,74	2,26	18,6	107	0,02	0,72	9		112,77	81	12,6	0,12		
		Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5	0,03				6	19,5	4,2	0,33		
		Булочка с кунжутом	50	4,9	2,26	29,09	156,12	0,34		5	1,08	26,99	50,21	12,77	0,75		
338/М		Мандарин	100	0,8	0,2	7,5	38	0,06	38		0,2	35	17	11	0,1		
Итого за Завтрак			550	30,70	17,16	105,32	703,00	0,53	44,29	84,00	3,59	401,11	459,65	79,58	2,24		
День:	пятница																
Неделя:	1																
№	реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)						
				Б	Ж	У	В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe			
1	2		3												4	5	6
Итого за Завтрак			605	22,55	15,05	69,77	543,55	0,41	44,88	93,10	2,06	281,54	542,10	113,79	6,34		
15/М		Сыр полутвердый	15	3,9	3,92		50,88		0,12	34,5	0,08	150	96	6,75	0,15		
232/М/ССЖ		Хек запеченный с соусом томатным, 90/30	120	12,09	5,61	8,46	165,69	0,18	6,52	31,3	1,6	54,91	302,35	54,44	1,45		
128/М		Картофельное пюре	150	3,07	4,71	22,03	144,03	0,16	25,74	22,3	0,18	45,28	97,19	32,88	1,21		
377/М/ССЖ		Чай с сахаром и лимоном, 180/10	180	0,05	0,01	10,16	41,95		2,5		0,01	7,35	9,56	5,12	0,89		
		Хлеб пшеничный	40	3,04	0,4	19,32	94	0,04				8	26	5,6	0,44		
338/М		Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10	5	0,2	16	11	9	2,2		
Итого за Завтрак			605	22,55	15,05	69,77	543,55	0,41	44,88	93,10	2,06	281,54	542,10	113,79	6,34		

День: среда	Неделя: 2	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)						
					Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe				
																	4	5	6	7
Завтрак																				
1	2			3	4	5	6	7					40	0,1	2,4	3		0,02		
14/М			Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,09					40	0,1	2,4	3		0,02		
268/М/ССЖ			Котлеты из говядины с соусом томатным, 90/30	120	9,89	10,64	8,53	252,37	0,10	7		300	3,61	32,71	160,23		31,73	2,53		
171/М/ССЖ			Каша гречневая рассыпчатая	150	4,35	6,32	29,69	160,16	0,22			5	0,42	14,08	155,71		104,22	3,51		
378/М/ССЖ			Чай с молоком, 180/10	180	1,45	1,25	12,38	66,91	0,01	0,4				64,95	53,24		11,4	0,9		
			Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94	0,04				0,2	35	17		11	0,1		
338/М			Мандарин	100	0,8	0,2	7,5	38	0,06	38			4,33	157,14	415,18		163,95	7,50		
Итого за Завтрак																				
1	2			3	4	5	6	7					83	2,08	204,0	284,30		31,78	0,96	
Завтрак																				
223/М/ССЖ			Запеканка из творога с соусом сладким сметанным, 150/50	200	20,95	18,33	42,87	420,25	0,10	0,62		83	2,08	204,0	284,30		112,77	81	12,6	0,12
379/М/ССЖ			Напиток кофейный на молоке, 180/10	180	2,74	2,26	18,6	107	0,02	0,72		9		6	19,5	4,2	0,33	0,75		
			Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5	0,03			5	1,08	26,99	50,21		12,77	9	2,2	
			Булочка с кунжутом	50	4,9	2,26	29,09	156,12	0,34			5	0,2	16	11		9	2,2		
338/М			Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10		5	0,2	16	11		9	2,2		
Итого за Завтрак																				
1	2			3	4	5	6	7					83	2,08	204,0	284,30		31,78	0,96	
Завтрак																				
223/М/ССЖ			Запеканка из творога с соусом сладким сметанным, 150/50	200	20,95	18,33	42,87	420,25	0,10	0,62		83	2,08	204,0	284,30		112,77	81	12,6	0,12
379/М/ССЖ			Напиток кофейный на молоке, 180/10	180	2,74	2,26	18,6	107	0,02	0,72		9		6	19,5	4,2	0,33	0,75		
			Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5	0,03			5	1,08	26,99	50,21		12,77	9	2,2	
			Булочка с кунжутом	50	4,9	2,26	29,09	156,12	0,34			5	0,2	16	11		9	2,2		
338/М			Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10		5	0,2	16	11		9	2,2		
Итого за Завтрак																				
1	2			3	4	5	6	7					83	2,08	204,0	284,30		31,78	0,96	

