

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РЕСПУБЛИКИ ДАГЕСТАН  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ДЕГВИНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»  
368520 с. ДегваСергокалинского района Республики Дагестан ИНН 0527003085 . ОГРН 1030502332805

ПРИКАЗ

от 01 сентября 2023 года

№ 70-7

**Об утверждении примерного 12-дневного меню для учащихся 1 – 4 кл.**

В соответствии с Федеральным Законом № 273-ФЗ от 29.12.2012г «Об образовании в Российской Федерации», постановлением главного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», постановлением главного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил и норм СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения", с целью осуществления качественного и систематического контроля за организацией питания детей, контроля качества доставляемых продуктов и соблюдения санитарно-гигиенических требований при приготовлении и раздаче пищи в МКОУ «Дегвинская СОШ»

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Утвердить примерное 12-ти дневное меню для учащихся 1- 4 кл. МКОУ «Дегвинская СОШ» в соответствии с приложением (примерное меню) к настоящему приказу.
2. Умалатову Ш. М. при составлении примерного 12-ти дневного меню для учащихся 1-4 кл. использовать технологические карты.
3. Контроль за исполнением приказа оставляю за собой.



Х. М. Мусалаев

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РЕСПУБЛИКИ ДАГЕСТАН  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ДЕГВИНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»  
368520 с. Дегва Сергокалинского района Республики Дагестан ИНН 0527003085. ОГРН 1030502332805

Утверждаю  
Директор МКОУ «Дегвинская СОШ»  
Х.М. Мусалаев  
Приказ № 70-Д от 01.09.2023 г.



**Примерное меню на 12 дней для первой смены  
МКОУ «Дегвинская СОШ».  
2023-2024 учебный год.**

Сезон: 1 полугодие 2023-2024 учебного года  
Возраст дольствующихся: дети 7-11 лет.

Прием пищи	Наименование блюда	День первый (понедельник)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
		Выход блюда	Б	Ж	У			
Завтрак	Каша молочная пшеничная	200	6	8	29	220	21	172
	Чай	200				50		391
	Яблоки	100	0,4	0,3	10	41	10	368
	Сыр	20	4	4		71		15
	Бутерброд с маслом	30	2	2	12	99		3
	Котлеты из говядины	80	5	6	4	141	2	282
Итого на завтрак		630	17,4	20,3	55		622	33
Итого за день		630	17,4	20,3	55		622	33

Прием пищи	Наименование блюда	День второй (вторник)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
		Выход блюда	Б	Ж	У			
Завтрак	Гуляш из курицы	90	14	17	7	168		56
	Каша гречневая рассыпчатая	150	8	8	34	166		168
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0,3	10	82		376
	Хлеб пшеничный	30	2		14	80		1
	Апельсин	100	1			47	53	368
	Огурцы свежие	40			1	6	2	10
Итого на завтрак		610	25,4	25,3	66		549	55
Итого за день		610	25,4	25,3	66		549	55

Прием пищи	Наименование блюда	День третий (среда)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
		Выход блюда	Б	Ж	У			
Завтрак	Каша молочная ячневая	200	8	10	40	240	26	168
	Чай с сахаром	200			10	43	3	391
	Банан	100	0,4	0,3	10	41	10	368
	Бутерброд с маслом	30	2	3	12	99		3
	Тефтели мясные	80	5	6	4	160	2	286
	Печенье	40	8	5	26	201	22	0,03
Итого на завтрак		650	23,4	24,3	102		784	63
Итого за день		650	23,4	24,3	102		784	63

День четвертый (четверг)									
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры	
			Б	Ж	У				
Завтрак	Котлеты из говядины	90	8	7	8	128		182	
	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5	9	30	213		204	
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0,3	10	82		376	
	Хлеб пшеничный	30	2		14	80		1	
	Пряник	100	3	62	30	467		2	
Итого на завтрак		60	1,73	3,71	4,82	59,58	5,58		
Итого за день		540	21,4	23,3	69	615	14		
Итого на завтрак		540	21,4	23,3	69	615	14		
Итого за день		540	21,4	23,3	69	615	14		

День пятый (пятница)									
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры	
			Б	Ж	У				
Завтрак	Каша молочная рисовая	200	7,76	10	43,52	227	0,86	173	
	Чай с сладкий	200	4	5	18	123	2	397	
	Яблоки	100	0,4	0,3	10	41	10	368	
	Яйца вареные	40	5	5		63		213	
	Бутерброд с маслом	30	2	2	12	99		3	
	Сок натуральный	200	1		25	110		399	
Итого на завтрак		580	22,4	25,3	91	612	40		
Итого за день		580	22,4	25,3	91	612	40		

День шестой (суббота)									
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры	
			Б	Ж	У				
Завтрак	Каша молочная ячневая	200	8	10	40	240	26	168	
	Чай сладкий	200			10	43	3	391	
	Банан	100	0,4	0,3	10	41	10	368	
	Бутерброд с маслом	30	2	3	12	99		1	
	Йогурт	100	5	3	4	63	1	2	
	Печенье	30	2	5	22	125	22	0	
Итого на завтрак		660	17,4	21,3	98	611		62	

Итого за день		660	17,4	21,3	98	611	62	
День седьмой (понедельник)								
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Пюре картофельное	105	2	3	15	121	2	91
	Чай сладкий	200				50		391
	Сыр	40	8	8	1	142		15
	Бутерброд с маслом	30	2	3	12	99		3
	Тэфтели мясные	110	13	15	14	26		3
	Йогурт	100	0,4	0,3	10	41	10	368
	Итого на завтрак	580	21,4	24,3	70	626	14	
Итого за день		580	21,4	24,3	70	626	14	

День восьмой (вторник)								
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша гречневая рассыпчатая	150	8	8	34	166		168
	Котлеты из говядины	80	5	6	4	141	2	282
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0,3	10	82		376
	Хлеб пшеничный	30	2		14	80		15
	Печенье	30	2	3	22	125		
	Помидоры свежие	60	1		2	14	15	1038
	Итого на завтрак	540	18,4	14,3	68	526	17	
Итого за день		540	18,4	14,3	68	526	17	

День девятый (среда)								
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Плов из птицы	180	15	21	30	214	3	304
	Чай с сахаром	200			10	50		391
	Йогурт	100	0,4	0,3	10	41	10	368
	Хлеб пшеничный	30	2		14	80		15
	Сок натуральный	200	1		25	110	8	399
	Салат из консервированного горошка и с консерв. кукурузой	60	1,57	5,08	3,9	67	3,2	20
	Итого на завтрак	770	19,97	26,38	92,9	562	24,2	

Итого за день	770	19,97	26,38	92,9	562	24,2
---------------	-----	-------	-------	------	-----	------

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	День десятый (четверг)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Пищевые вещества (г)	Б	Ж			
Завтрак	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5	9	30	213		204
	Фрикадельки из кури	55	9	5	4	98		1
	Компот из плодов свежих (яблоки)	200	0,4	0,3	12	35		3
	Хлеб пшеничный	40	2		14	80		1
	Огурцы свежие	60	0,42	0,06	1,14	6,78		
Итого на завтрак		505	16,82	14,36	61,14	432,78		4
Итого за день		505	16,82	14,36	61,14	432,78		4

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	День одиннадцатый (пятница)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Пищевые вещества (г)	Б	Ж			
Завтрак	Каша молочная овсяная	200	6	8	32	230	21	177
	Чай сладкий	200				50		391
	Яблоки	100	0,4	0,3	10	41	10	368
	Сыр	20	4	4		71		15
	Бутерброд с маслом	30	2	2	12	99		3
	Йогурт	100	5	3	4	63		
Итого на завтрак		560	23,4	25,3	89	627	79	79
Итого за день		560	23,4	25,3	89	627	79	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	День двенадцатый (суббота)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Пищевые вещества (г)	Б	Ж			
Завтрак	Плов из птицы	180	15	21	30	214	3	304
	Чай сладкий	200			10	50	10	368
	Яблоки	100	0,4	0,3	10	41	10	368
	Хлеб пшеничный	30	2		14	80		15
	Хлеб ржаной	10	1		3	26		2
	Салат из консервированным горошком	60	1	5	5	112	14	20