

ТО «Центральный»
Управления Роспотребнадзора по РК
для начальника ТО «Центральный»

Джеваков Е.О.



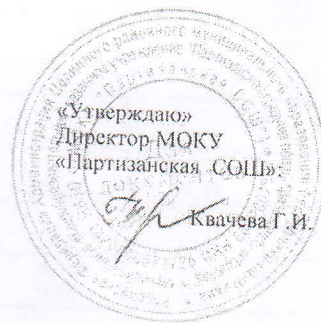
Примерное меню для организации горячего питания обучающихся
1-4 классов МОКУ «Партизанская средняя общеобразовательная школа»
в 2020-2021 учебном году (осень-зима)

декабрь 2020г.

Наименование блюд	Выход, гр., мл.	Химический состав		Углеводы	Калорийность, ккал.
		белки, гр.	жиры, гр.		
1-й день Горячий обед					
Салат из моркови с яблоками	60	0,65	0,11	10,17	40,40
Борщ со сметаной	250/5	9,5	7,55	12,24	165,55
Плов из птицы	260	20,30	17,00	35,69	377,00
Напиток кофейный на молоке	200	0,2	0	14,0	100,0
Хлеб пшеничный	40	2,64	0,36	15,2	79,6
Хлеб ржаной	20	1,98	0,36	10,0	52,2
Фрукты свежие (яблоки)	150	0,8	0,8	19,6	94,0
Итого за 1-й день:		36,07	26,18	116,9	908,75
2-й день Горячий обед					
Салат «Степной» из разных овощей	60	0,9	3,6	5,3	43,0
Суп с макаронными изделиями на овощном бульоне	250	5,65	2,57	22,78	138,0
Сельдь слабосоленая с картофельным пюре	80/150/30	0,5	4,5	4,3	60,0
соус красный основной		7,46	5,61	35,84	230,45
Кисель из концентрата на плодах, или ягод, экстрактах	200	0	0	28,0	119,0
Хлеб пшеничный	40	2,64	0,36	15,2	79,6
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,98	0,36	10,0	52,2
Йогурт молочный	100	2,5	1,2	18,0	95,0
Итого за 2-й день:		23,17	21,74	147,61	936,0
3-й день Горячий обед					
Салат из капусты квашеной с растительным маслом	60	0,9	3,4	8,4	67,0
Суп картофельный с клецками на мясном бульоне	250	6,38	2,15	21,13	142,8
Азу (говядина) с кашей пшенной	260	29,32	31,63	11,32	446,6
Чай с сахаром	200	0,1	0	6,98	28,0
Хлеб пшеничный	40	2,64	0,36	15,2	79,6
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,98	0,36	10,0	52,2
Сыр (порциями)	15	3,48	4,43	0	54,60
Итого за 3-й день:		44,8	42,33	73,03	870,8

ТО «Центральный»
Управления Роспотребнадзора по РК
Зам. начальника ТО «Центральный»

Джеваков Е.О.



Примерное меню для организации горячего питания обучающихся
5-11 классов МОКУ «Партизанская средняя общеобразовательная школа»
в 2020-2021 учебном году (осень-зима)

декабрь 2020г.

декабрь 2020г.					
Наименование блюд	Выход, гр., мл.	Химический состав		Углеводы	Калорийность, ккал.
		белки, гр.	жиры, гр.		
1-й день Горячий обед					
Салат из моркови с яблоками	100	0,65	0,11	10,17	67,33
Борщ со сметаной	250/5	9,5	7,55	12,24	165,55
Плов из птицы	280	20,30	17,00	35,69	406,00
Напиток кофейный на молоке	200	0,2	0	14,0	100,0
Хлеб пшеничный	40	2,64	0,36	15,2	79,6
Хлеб ржаной	20	1,98	0,36	10,0	52,2
Итого за 1-й день:		35,27	25,38	97,3	870,68
2-й день Горячий обед					
Салат «Степной» из разных овощей	100	0,9	3,6	5,3	71,66
Суп с макаронными изделиями на овощном бульоне	250	5,65	2,57	22,78	138,0
Сельдь слабосоленая с картофельным пюре	100/180/30	0,5	4,5	4,3	60,0
соус красный основной		7,46	5,61	35,84	230,45
Кисель из концентрата на плодов. или ягод. экстрактах	200	0	0	28,0	119,0
Хлеб пшеничный	40	2,64	0,36	15,2	79,6
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,98	0,36	10,0	52,2
Итого за 2-й день:		20,67	20,54	129,61	869,66
3-й день Горячий обед					
Салат из капусты квашеной с растительным маслом	100	0,9	3,4	8,4	111,67
Суп картофельный с клецками на мясном бульоне	250	6,38	2,15	21,13	142,8
Азу (говядина) с кашей пшенной	280	29,32	31,63	11,32	446,6
Чай с сахаром	200	0,1	0	6,98	28,0
Хлеб пшеничный	40	2,64	0,36	15,2	79,6
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,98	0,36	10,0	52,2
Итого за 3-й день:		41,32	37,9	73,03	860,87
4-й день Горячий обед					
Салат из соленых огурцов с луком	100	0,52	3,07	1,57	59,80



Джеваков Е.О.



Квачева Г.И.

**Примерное меню для организации горячего питания обучающихся
(дети с ОВЗ) МОКУ «Партизанская средняя общеобразовательная школа»
в 2020-2021 учебном году**

декабрь 2020г.

декабрь 2020г.

Наименование блюд	Выход, гр., мл.	Химический состав		Углеводы	Калорийность, ккал.
		белки, гр.	жиры, гр.		
1-й день Завтрак					
Каша манная молочная жидкая	200	4,52	4,07	35,46	197,0
Чай с сахаром	200	2,8	3,2	14,8	28,0
Хлеб пшеничный	20	3,28	0,56	0,52	78,0
Сыр (порциями)	20	4,64	5,90	0,00	72,80
Итого за завтрак:		15,24	13,73	50,78	375,80
Обед					
Салат из моркови с яблоками	100	1,08	0,18	17,12	67,33
Борщ со сметаной	250/5	9,5	7,55	12,24	165,55
Цицх из птицы	280	25,38	21,25	44,61	471,25
Напиток кофейный на молоке	200	0,2	0	14	100
Хлеб пшеничный	40	3,28	0,56	0,52	78,0
Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	0,24	36,2
Фрукты свежие (яблоки)	150	0,8	0,8	19,6	94,0
Итого за обед:		41,56	30,58	108,33	1012,33
Итого за 1-й день:		56,80	44,31	159,11	1388,13
2-й день Завтрак					
Омлет натуральный	200	17,74	26,0	3,06	317,34
Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,6
Хлеб пшеничный	20	3,28	0,56	0,52	78,0
Итого за завтрак:		25,1	30,1	21,16	513,94
Обед					
Салат «Степной» из разных овощей	100	1,5	5,1	8,83	71,67
Суп с макаронными изделиями на овощном бульоне	250	5,65	2,57	22,78	138
Сельдь слабосоленая		13,6	6,8	0	116
гарнир: пюре картофельное, соус красный основной	100/180/30	7,02	5,58	16,92	145,8
Кисель из концентрата на плодов, или ягод, экстрактах	200	0	0	28,0	119,0
Хлеб пшеничный	40	3,28	0,56	0,52	78,0
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	0,24	36,2