

«Утверждаю»
Индивидуальный предприниматель



С.Н.Василисков



«Согласовано»
Директор МОУ «Раздольская СОШ»

А.В.Долгов

«01» декабря 2022 года

МЕНЮ КОМПЛЕКСНОГО ПИТАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1 – 4 КЛАССОВ*

КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ

ЧЕТВЕРГ

№ ДНЯ – 09

ЗАВТРАК							
НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	МАССА ПОРЦИИ	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА			ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ	№ РЕЦЕПТУРЫ	ЦЕНА
		БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ			
Запеканка из творога	260	46,2	23,6	42,0	576,2	224	27,00
Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15,0	60,0	430	5,00
Батон	40	3,0	1,2	20,6	104,8	к/к	3,00
Итого за приём пищи:	500	49,4	24,9	77,6	741,0		35,00
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
Молоко	200	5,9	5,1	9,8	110,5	385	14,80
ОБЕД							
Свекольник на курином бульоне со сметаной	250	5,8	9,5	14,8	171,7	82	17,00
Жаркое по-домашнему	250	21,2	49,4	23,0	622,8	258	60,00
Кисель	200	0,1	0,1	27,9	113,0	411	10,00
Хлеб ржаной	30	2,0	0,3	12,7	61,2	к/к	3,00
Итого за приём пищи:	730	29,1	59,3	78,4	968,7		90,00
Всего за день:	1430	84,4	89,3	165,8	1820,2		139,80

* В меню возможны изменения из-за наличия продуктов на складе

**ПРИЛОЖЕНИЕ № 8 к САНПИН 2.3/2.4.3590-20

«Утверждаю»
Индивидуальный предприниматель



С.Н.Василисков

«Согласовано»
Директор МОУ «Раздольская СОШ»



А.В.Долгов

«02» декабря 2022 года

МЕНЮ КОМПЛЕКСНОГО ПИТАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1 – 4 КЛАССОВ*

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	МАССА ПОРЦИИ	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА			ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ	№ РЕЦЕПТУРЫ	ЦЕНА
		БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ			
КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ		ПЯТНИЦА			№ ДНЯ - 10		
ЗАВТРАК							
Каша манная молочная	220	7,8	8,8	40,6	273,9	184	16,00
Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15,0	60,0	430	5,00
Бутерброд с маслом	80	3,5	26,9	24,0	352,4	1	14,00
Итого за приём пищи:	500	11,5	35,8	79,6	686,3		35,00
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
Молоко	200	5,9	5,1	9,8	110,5	385	14,80
ОБЕД							
Суп рыбный со сметаной	250	6,3	4,5	16,8	135,6	87	15,00
Запеканка картофельная с мясом	220	14,7	38,0	36,8	548,1	299	62,00
Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,1	31,7	131,0	402	10,00
Хлеб ржаной	30	2,0	0,3	12,7	61,2	к/к	3,00
Итого за приём пищи:	700	23,6	42,9	98,0	875,9		90,00
Всего за день:	1400	41,0	83,8	187,4	1672,7		139,80

* В меню возможны изменения из-за наличия продуктов на складе

**ПРИЛОЖЕНИЕ № 8 к СанПин 2.3/2.4.3590-20

«Утверждаю»
Индивидуальный предприниматель



С.Н.Василисков



«Согласовано»
Директор МОУ «Раздольская СОШ»

А.В.Долгов

«05» декабря 2022 года

МЕНЮ КОМПЛЕКСНОГО ПИТАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1 – 4 КЛАССОВ*

КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ

ПОНЕДЕЛЬНИК

№ ДНЯ - 01

ЗАВТРАК

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	МАССА ПОРЦИИ	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА			ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ	№ РЕЦЕПТУРЫ	ЦЕНА
		БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ			
Каша гречневая молочная	220	7,0	12,0	29,1	252,4	182	16,00
Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15,0	60,0	430	5,00
Бутерброд с сыром	80	9,6	8,6	27,4	227,7	3	14,00
Итого за приём пищи:	500	16,8	20,7	71,5	540,1		35,00

ВТОРОЙ ЗАВТРАК

Молоко	200	5,9	5,1	9,8	110,5	385	14,80
--------	-----	-----	-----	-----	-------	-----	-------

ОБЕД

Суп картофельный с бобовыми	250	9,6	8,5	18,8	190,0	99	17,00
Бефстроганов	90	11,2	31,7	5,2	360,0	375	50,00
Каша гречневая рассыпчатая	180	4,3	5,5	45,2	247,2	323	10,00
Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,1	31,7	131,0	402	10,00
Хлеб ржаной	30	2,0	0,3	12,7	61,2	к/к	3,00
Итого за приём пищи:	750	27,7	46,1	113,6	989,4		90,00
Всего за день:	1450	50,4	71,9	194,9	1640,0		139,80

* В меню возможны изменения из-за наличия продуктов на складе

**ПРИЛОЖЕНИЕ № 8 К САНПИН 2.3/2.4.3590-20

«Утверждаю»
Индивидуальный предприниматель



С.Н.Василисков

«Согласовано»
Директор МОУ «Раздольская СОШ»



А.В.Долгов

«06» декабря 2022 года

МЕНЮ КОМПЛЕКСНОГО ПИТАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1 – 4 КЛАССОВ*

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	МАССА ПОРЦИИ	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА			ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ	№ РЕЦЕПТУРЫ	ЦЕНА
		БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ			
КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ							
ВТОРНИК							
№ ДНЯ - 02							
ЗАВТРАК							
Каша «Дружба» молочная	220	6,8	11,0	29,5	246,4	190	14,00
Кофейный напиток с молоком	200	3,1	2,4	17,2	103,5	379	8,00
Бутерброд с маслом	80	4,1	23,5	27,6	339,3	1	13,00
Итого за приём пищи:	500	14,0	36,9	74,3	689,2		35,00
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
Молоко	200	5,9	5,1	9,8	110,5	385	14,80
ОБЕД							
Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне со сметаной	250	4,9	8,1	12,7	145,7	76	15,00
Рыба, припущенная в молоке	90	15,0	8,5	2,8	147,1	230	47,00
Пюре картофельное	180	3,7	6,5	24,4	169,2	335	15,00
Кисель	200	0,1	0,1	27,9	113,0	411	10,00
Хлеб ржаной	30	2,0	0,3	12,7	61,2	к/к	3,00
Итого за приём пищи:	750	25,7	23,5	80,5	636,2		90,00
Всего за день:	1450	45,6	65,5	164,5	1435,9		139,80

* В меню возможны изменения из-за наличия продуктов на складе

** ПРИЛОЖЕНИЕ № 8 К САНПИН 2.3/2.4.3590-20

«Утверждаю»
Индивидуальный предприниматель



С.Н.Василисков

«Согласовано»
Директор МОУ «Раздольская СОШ»



А.В.Долгов

«07» декабря 2022 года

МЕНЮ КОМПЛЕКСНОГО ПИТАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1 – 4 КЛАССОВ*

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	МАССА ПОРЦИИ	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА			ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ	№ РЕЦЕПТУРЫ	ЦЕНА
		БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ			
КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ		СРЕДА			№ ДНЯ - 03		
ЗАВТРАК							
Запеканка из творога со сгущённым молоком	260	49,5	33,8	64,0	770,5	224	27,00
Чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0,1	15,2	62,0	431	5,00
Батон	40	3,0	1,2	20,6	104,8	к/к	3,00
Итого за приём пищи:	500	52,8	35,1	99,8	937,3		35,00
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
Молоко	200	5,9	5,1	9,8	110,5	385	14,80
ОБЕД							
Суп-лапша домашняя	250	6,6	8,8	14,4	164,0	106	17,00
Котлета рубленая из птицы	90	18,9	19,7	14,8	311,3	294	46,00
Макаронные изделия отварные	180	6,5	5,6	37,0	225,0	209	14,00
Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,1	31,7	131,0	402	10,00
Хлеб ржаной	30	2,0	0,3	12,7	61,2	к/к	3,00
Итого за приём пищи:	750	34,6	34,5	110,6	892,5		90,00
Всего за день:	1450	93,3	74,7	220,2	1940,3		139,80

* В меню возможны изменения из-за наличия продуктов на складе

** ПРИЛОЖЕНИЕ № 8 К САНПИН 2.3/2.4.3590-20

«Утверждаю»
Индивидуальный предприниматель



С.Н.Василисков

«Согласовано»
Директор МОУ «Раздольская СОШ»



А.В.Долгов

«08» декабря 2022 года

МЕНЮ КОМПЛЕКСНОГО ПИТАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1 – 4 КЛАССОВ*

<i>КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ</i>		<i>ЧЕТВЕРГ</i>			<i>№ ДНЯ – 04</i>		
ЗАВТРАК							
<i>НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА</i>	<i>МАССА ПОРЦИИ</i>	<i>ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА</i>			<i>ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ</i>	<i>№ РЕЦЕПТУРЫ</i>	<i>ЦЕНА</i>
		<i>БЕЛКИ</i>	<i>ЖИРЫ</i>	<i>УГЛЕВОДЫ</i>			
Каша ячневая молочная	220	6,2	11,3	31,8	253,9	182	18,00
Чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0,1	15,2	62,0	431	5,00
Бутерброд с джемом	80	4,1	1,5	45,5	208,9	2	12,00
Итого за приём пищи:	500	10,6	12,9	92,5	524,8		35,00
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
Молоко	200	5,9	5,1	9,8	110,5	385	14,80
ОБЕД							
Щи по-уральски (с крупой)	250	6,1	9,3	7,1	140,3	87	15,00
Плов из птицы	220	26,1	20,0	40,4	446,1	311	60,00
Компот из свежих плодов	200	0,2	0,2	27,9	115,0	394	12,00
Хлеб ржаной	60	4,0	0,5	25,4	122,4	к/к	3,00
Итого за приём пищи:	730	36,4	30,0	100,8	823,8		90,00
Всего за день:	1430	52,9	48,0	203,1	1459,1		139,80

* В меню возможны изменения из-за наличия продуктов на складе

**ПРИЛОЖЕНИЕ № 8 К САНПИН 2.3/2.4.3590-20

«Утверждаю»
Индивидуальный предприниматель



С.Н.Василисков



«Согласовано»
Директор МОУ «Раздольская СОШ»

А.В.Долгов

«09» декабря 2022 года

МЕНЮ КОМПЛЕКСНОГО ПИТАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1 – 4 КЛАССОВ*

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	МАССА ПОРЦИИ	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА			ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ	№ РЕЦЕПТУРЫ	ЦЕНА
		БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ			
КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ		ПЯТНИЦА			№ ДНЯ – 05		
ЗАВТРАК							
Каша овсяная «Геркулес»	220	7,2	10,6	26,8	231,1	189	17,00
Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15,0	60,0	430	5,00
Бутерброд с маслом	80	4,1	23,5	27,6	339,3	1	13,00
Итого за приём пищи:	500	11,5	34,2	69,4	630,4		35,00
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
Молоко	200	5,9	5,1	9,8	110,5	385	14,80
ОБЕД							
Солянка домашняя со сметаной	250	8,9	15,4	12,7	229,7	92	17,00
Печень по-строгановски	90	24,2	15,6	4,3	282,8	256	50,00
Макаронные изделия отварные	180	6,5	5,6	37,0	225,0	209	10,00
Кисель	200	0,1	0,1	27,9	113,0	411	10,00
Хлеб ржаной	30	2,0	0,3	12,7	61,2	к/к	3,00
Итого за приём пищи:	750	41,7	36,9	94,6	911,8		90,00
Всего за день:	1450	59,1	76,3	173,8	1652,6		139,80

* В меню возможны изменения из-за наличия продуктов на складе

**ПРИЛОЖЕНИЕ № 8 К САНПИН 2.3/2.4.3590-20

«Утверждаю»
Индивидуальный предприниматель



С.Н.Василисков



«Согласовано»
Директор МОУ «Раздольская СОШ»

А.В.Долгов

«12» декабря 2022 года

МЕНЮ КОМПЛЕКСНОГО ПИТАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1 – 4 КЛАССОВ*

КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ

ПОНЕДЕЛЬНИК

№ ДНЯ – 06

ЗАВТРАК

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	МАССА ПОРЦИИ	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА			ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ	№ РЕЦЕПТУРЫ	ЦЕНА
		БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ			
Каша пшённая молочная	220	6,6	11,8	33,3	266,3	182	16,00
Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15,0	60,0	430	5,00
Бутерброд с сыром	80	5,8	5,2	16,4	136,6	3	14,00
Итого за приём пищи:	500	12,6	17,1	64,7	462,9		35,00

ВТОРОЙ ЗАВТРАК

Молоко	200	5,9	5,1	9,8	110,5	385	14,80
--------	------------	------------	------------	------------	--------------	------------	--------------

ОБЕД

Суп из овощей	250	5,9	10,0	11,1	160,3	99	15,00
Гуляш из отварного мяса	90	21,8	57,6	10,3	643,3	259	52,00
Макаронные изделия отварные	180	6,6	5,8	37,6	229,2	331	10,00
Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,1	31,7	131,0	402	10,00
Хлеб ржаной	30	2,0	0,3	12,7	61,2	к/к	3,00
Итого за приём пищи:	750	36,9	73,8	103,3	1225,0		90,00
Всего за день:	1450	55,4	96,0	177,8	1798,4		139,80

* В меню возможны изменения из-за наличия продуктов на складе

**ПРИЛОЖЕНИЕ № 8 к САНПИН 2.3/2.4.3590-20

«Утверждаю»
Индивидуальный предприниматель



С.Н.Василисков

«Согласовано»
Директор МОУ «Раздольская СОШ»



А.В.Долгов

«13» декабря 2022 года

МЕНЮ КОМПЛЕКСНОГО ПИТАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1 – 4 КЛАССОВ*

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	МАССА ПОРЦИИ	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА			ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ	№ РЕЦЕПТУРЫ	ЦЕНА
		БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ			
КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ							
ВТОРНИК							
№ ДНЯ – 07							
ЗАВТРАК							
Омлет натуральный паровой	260	25,0	41,3	4,7	490,9	214	24,00
Какао с молоком	200	2,9	2,5	24,8	134,0	433	8,00
Батон	40	3,0	1,2	20,6	104,8	к/к	3,00
Итого за приём пищи:	500	30,9	45,0	50,1	729,7		35,00
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
Молоко	200	5,9	5,1	9,8	110,5	385	14,80
ОБЕД							
Рассольник «Ленинградский» на курином бульоне со сметаной	250	6,4	10,2	16,6	186,0	96	15,00
Рыба, припущенная в молоке	90	13,9	8,4	2,8	142,0	230	50,00
Каша рисовая рассыпчатая	180	4,3	5,5	45,2	247,2	323	12,00
Кисель	200	0,1	0,1	27,9	113,0	411	10,00
Хлеб ржаной	30	2,0	0,3	12,7	61,2	к/к	3,00
Итого за приём пищи:	750	26,7	24,5	105,2	749,4		90,00
Всего за день:	1450	63,5	74,6	165,2	1589,6		139,80

* В меню возможны изменения из-за наличия продуктов на складе

**ПРИЛОЖЕНИЕ № 8 К САНПИН 2.3/2.4.3590-20

«Утверждаю»
Индивидуальный предприниматель



С.Н.Василисков

«Согласовано»
Директор МОУ «Раздольская СОШ»



А.В.Долгов

«14» декабря 2022 года

МЕНЮ КОМПЛЕКСНОГО ПИТАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1 – 4 КЛАССОВ*

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	МАССА ПОРЦИИ	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА			ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ	№ РЕЦЕПТУРЫ	ЦЕНА
		БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ			
КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ		СРЕДА			№ ДНЯ – 08		
ЗАВТРАК							
Каша геркулесовая молочная	220	7,0	8,4	30,6	226,2	413	15,00
Бутерброд с джемом	80	4,1	1,5	45,5	208,9	2	15,00
Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15,0	60,0	430	5,00
Итого за приём пищи:	500	11,3	10,0	91,1	495,1		35,00
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
Молоко	200	5,9	5,1	9,8	110,5	385	14,80
ОБЕД							
Суп картофельный с крупой	250	6,5	7,7	20,7	181,2	101	15,00
Котлеты, рубленые из птицы	90	13,6	19,89	14,5	289,7	314	52,00
Макаронные изделия отварные	180	6,6	5,8	37,6	229,2	331	10,00
Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,1	31,7	131,0	402	10,00
Хлеб ржаной	30	2,0	0,3	12,7	61,2	к/к	3,00
Итого за приём пищи:	750	29,3	33,7	117,2	892,3		90,00
Всего за день:	1450	46,5	48,8	218,1	1497,9		139,80

* В меню возможны изменения из-за наличия продуктов на складе

**ПРИЛОЖЕНИЕ № 8 К САНПИН 2.3/2.4.3590-20

«Утверждаю»

Индивидуальный предприниматель



С.Н.Василисков

«Согласовано»

Директор МОУ «Раздольская СОШ»



А.В.Долгов

«15» декабря 2022 года

МЕНЮ КОМПЛЕКСНОГО ПИТАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1 – 4 КЛАССОВ*

КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ

ЧЕТВЕРГ

№ ДНЯ – 09

ЗАВТРАК							
НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	МАССА ПОРЦИИ	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА			ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ	№ РЕЦЕПТУРЫ	ЦЕНА
		БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ			
Запеканка из творога	260	46,2	23,6	42,0	576,2	224	27,00
Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15,0	60,0	430	5,00
Батон	40	3,0	1,2	20,6	104,8	к/к	3,00
Итого за приём пищи:	500	49,4	24,9	77,6	741,0		35,00
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
Молоко	200	5,9	5,1	9,8	110,5	385	14,80
ОБЕД							
Свекольник на курином бульоне со сметаной	250	5,8	9,5	14,8	171,7	82	17,00
Жаркое домашнему	250	21,2	49,4	23,0	622,8	258	60,00
Кисель	200	0,1	0,1	27,9	113,0	411	10,00
Хлеб ржаной	30	2,0	0,3	12,7	61,2	к/к	3,00
Итого за приём пищи:	730	29,1	59,3	78,4	968,7		90,00
Всего за день:	1430	84,4	89,3	165,8	1820,2		139,80

* В меню возможны изменения из-за наличия продуктов на складе

**ПРИЛОЖЕНИЕ № 8 К САНПИН 2.3/2.4.3590-20

«Утверждаю»
Индивидуальный предприниматель



С.Н.Василисков

«Согласовано»
Директор МОУ «Раздольская СОШ»



А.В.Долгов

«16» декабря 2022 года

МЕНЮ КОМПЛЕКСНОГО ПИТАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1 – 4 КЛАССОВ*

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	МАССА ПОРЦИИ	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА			ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ	№ РЕЦЕПТУРЫ	ЦЕНА
		БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ			
КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ							
				ПЯТНИЦА		№ ДНЯ - 10	
ЗАВТРАК							
Каша манная молочная	220	7,8	8,8	40,6	273,9	184	16,00
Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15,0	60,0	430	5,00
Бутерброд с маслом	80	3,5	26,9	24,0	352,4	1	14,00
Итого за приём пищи:	500	11,5	35,8	79,6	686,3		35,00
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
Молоко	200	5,9	5,1	9,8	110,5	385	14,80
ОБЕД							
Суп рыбный со сметаной	250	6,3	4,5	16,8	135,6	87	15,00
Запеканка картофельная с мясом	220	14,7	38,0	36,8	548,1	299	62,00
Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,1	31,7	131,0	402	10,00
Хлеб ржаной	30	2,0	0,3	12,7	61,2	к/к	3,00
Итого за приём пищи:	700	23,6	42,9	98,0	875,9		90,00
Всего за день:	1400	41,0	83,8	187,4	1672,7		139,80

* В меню возможны изменения из-за наличия продуктов на складе

**ПРИЛОЖЕНИЕ № 8 К САНПИН 2.3/2.4.3590-20

«Утверждаю»
Индивидуальный предприниматель



С.Н.Василисков

«Согласовано»
Директор МОУ «Раздольская СОШ»



А.В.Долгов

«19» декабря 2022 года

МЕНЮ КОМПЛЕКСНОГО ПИТАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1 – 4 КЛАССОВ*

КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ

ПОНЕДЕЛЬНИК

№ ДНЯ - 01

ЗАВТРАК							
НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	МАССА ПОРЦИИ	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА			ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ	№ РЕЦЕПТУРЫ	ЦЕНА
		БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ			
Каша гречневая молочная	220	7,0	12,0	29,1	252,4	182	16,00
Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15,0	60,0	430	5,00
Бутерброд с сыром	80	9,6	8,6	27,4	227,7	3	14,00
Итого за приём пищи:	500	16,8	20,7	71,5	540,1		35,00
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
Молоко	200	5,9	5,1	9,8	110,5	385	14,80
ОБЕД							
Суп картофельный с бобовыми	250	9,6	8,5	18,8	190,0	99	17,00
Бефстроганов	90	11,2	31,7	5,2	360,0	375	50,00
Каша гречневая рассыпчатая	180	4,3	5,5	45,2	247,2	323	10,00
Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,1	31,7	131,0	402	10,00
Хлеб ржаной	30	2,0	0,3	12,7	61,2	к/к	3,00
Итого за приём пищи:	750	27,7	46,1	113,6	989,4		90,00
Всего за день:	1450	50,4	71,9	194,9	1640,0		139,80

* В меню возможны изменения из-за наличия продуктов на складе

**ПРИЛОЖЕНИЕ № 8 К САНПИН 2.3/2.4.3590-20

«Утверждаю»
Индивидуальный предприниматель



С.Н.Василисков

«Согласовано»
Директор МОУ «Раздольская СОШ»



А.В.Долгов

«20» декабря 2022 года

МЕНЮ КОМПЛЕКСНОГО ПИТАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1 – 4 КЛАССОВ*

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	МАССА ПОРЦИИ	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА			ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ	№ РЕЦЕПТУРЫ	ЦЕНА
		БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ			
КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ							
ВТОРНИК							
№ ДНЯ - 02							
ЗАВТРАК							
Каша «Дружба» молочная	220	6,8	11,0	29,5	246,4	190	14,00
Кофейный напиток с молоком	200	3,1	2,4	17,2	103,5	379	8,00
Бутерброд с маслом	80	4,1	23,5	27,6	339,3	1	13,00
Итого за приём пищи:	500	14,0	36,9	74,3	689,2		35,00
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
Молоко	200	5,9	5,1	9,8	110,5	385	14,80
ОБЕД							
Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне со сметаной	250	4,9	8,1	12,7	145,7	76	15,00
Рыба, припущенная в молоке	90	15,0	8,5	2,8	147,1	230	47,00
Пюре картофельное	180	3,7	6,5	24,4	169,2	335	15,00
Кисель	200	0,1	0,1	27,9	113,0	411	10,00
Хлеб ржаной	30	2,0	0,3	12,7	61,2	к/к	3,00
Итого за приём пищи:	750	25,7	23,5	80,5	636,2		90,00
Всего за день:	1450	45,6	65,5	164,5	1435,9		139,80

* В меню возможны изменения из-за наличия продуктов на складе

**ПРИЛОЖЕНИЕ № 8 К САНПИН 2.3/2.4.3590-20

«Утверждаю»
Индивидуальный предприниматель



С.Н.Василисков

«Согласовано»
Директор МОУ «Раздольская СОШ»



А.В.Долгов

«21» декабря 2022 года

МЕНЮ КОМПЛЕКСНОГО ПИТАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1 – 4 КЛАССОВ*

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	МАССА ПОРЦИИ	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА			ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ	№ РЕЦЕПТУРЫ	ЦЕНА
		БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ			
КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ							
ЗАВТРАК							
Запеканка из творога со сгущённым молоком	260	49,5	33,8	64,0	770,5	224	27,00
Чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0,1	15,2	62,0	431	5,00
Батон	40	3,0	1,2	20,6	104,8	к/к	3,00
Итого за приём пищи:	500	52,8	35,1	99,8	937,3		35,00
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
Молоко	200	5,9	5,1	9,8	110,5	385	14,80
ОБЕД							
Суп-лапша домашняя	250	6,6	8,8	14,4	164,0	106	17,00
Котлета рубленая из птицы	90	18,9	19,7	14,8	311,3	294	46,00
Макаронные изделия отварные	180	6,5	5,6	37,0	225,0	209	14,00
Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,1	31,7	131,0	402	10,00
Хлеб ржаной	30	2,0	0,3	12,7	61,2	к/к	3,00
Итого за приём пищи:	750	34,6	34,5	110,6	892,5		90,00
Всего за день:	1450	93,3	74,7	220,2	1940,3		139,80

* В меню возможны изменения из-за наличия продуктов на складе

**ПРИЛОЖЕНИЕ № 8 К САНПИН 2.3/2.4.3590-20

«Утверждаю»
Индивидуальный предприниматель



С.Н.Василисков

«Согласовано»

Директор МОУ «Раздольская СОШ»



А.В.Долгов

«22» декабря 2022 года

МЕНЮ КОМПЛЕКСНОГО ПИТАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1 – 4 КЛАССОВ*

КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ

ЧЕТВЕРГ

№ ДНЯ – 04

ЗАВТРАК

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	МАССА ПОРЦИИ	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА			ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ	№ РЕЦЕПТУРЫ	ЦЕНА
		БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ			
Каша ячневая молочная	220	6,2	11,3	31,8	253,9	182	18,00
Чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0,1	15,2	62,0	431	5,00
Бутерброд с джемом	80	4,1	1,5	45,5	208,9	2	12,00
Итого за приём пищи:	500	10,6	12,9	92,5	524,8		35,00

ВТОРОЙ ЗАВТРАК

Молоко	200	5,9	5,1	9,8	110,5	385	14,80
--------	-----	-----	-----	-----	-------	-----	-------

ОБЕД

Щи по-уральски (с крупой)	250	6,1	9,3	7,1	140,3	87	15,00
Плов из птицы	220	26,1	20,0	40,4	446,1	311	60,00
Компот из свежих плодов	200	0,2	0,2	27,9	115,0	394	12,00
Хлеб ржаной	60	4,0	0,5	25,4	122,4	к/к	3,00
Итого за приём пищи:	730	36,4	30,0	100,8	823,8		90,00
Всего за день:	1430	52,9	48,0	203,1	1459,1		139,80

* В меню возможны изменения из-за наличия продуктов на складе

**ПРИЛОЖЕНИЕ № 8 К САНПИН 2.3/2.4.3590-20

«Утверждаю»
Индивидуальный предприниматель



С.Н.Василисков

«Согласовано»

Директор МОУ «Раздольская СОШ»



А.В.Долгов

«23» декабря 2022 года

МЕНЮ КОМПЛЕКСНОГО ПИТАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1 – 4 КЛАССОВ*

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	МАССА ПОРЦИИ	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА			ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ	№ РЕЦЕПТУРЫ	ЦЕНА
		БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ			
КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ							
				ПЯТНИЦА		№ ДНЯ – 05	
ЗАВТРАК							
Каша овсяная «Геркулес»	220	7,2	10,6	26,8	231,1	189	17,00
Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15,0	60,0	430	5,00
Бутерброд с маслом	80	4,1	23,5	27,6	339,3	1	13,00
Итого за приём пищи:	500	11,5	34,2	69,4	630,4		35,00
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
Молоко	200	5,9	5,1	9,8	110,5	385	14,80
ОБЕД							
Солянка домашняя со сметаной	250	8,9	15,4	12,7	229,7	92	17,00
Печень по-строгановски	90	24,2	15,6	4,3	282,8	256	50,00
Макаронные изделия отварные	180	6,5	5,6	37,0	225,0	209	10,00
Кисель	200	0,1	0,1	27,9	113,0	411	10,00
Хлеб ржаной	30	2,0	0,3	12,7	61,2	к/к	3,00
Итого за приём пищи:	750	41,7	36,9	94,6	911,8		90,00
Всего за день:	1450	59,1	76,3	173,8	1652,6		139,80

* В меню возможны изменения из-за наличия продуктов на складе

**ПРИЛОЖЕНИЕ № 8 К САНПИН 2.3/2.4.3590-20

«Утверждаю»
Индивидуальный предприниматель



С.Н.Василисков



«Согласовано»
Директор МОУ «Раздольская СОШ»

А.В.Долгов

«26» декабря 2022 года

МЕНЮ КОМПЛЕКСНОГО ПИТАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1 – 4 КЛАССОВ*

КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ

ПОНЕДЕЛЬНИК

№ ДНЯ – 06

ЗАВТРАК							
НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	МАССА ПОРЦИИ	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА			ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ	№ РЕЦЕПТУРЫ	ЦЕНА
		БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ			
Каша пшённая молочная	220	6,6	11,8	33,3	266,3	182	16,00
Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15,0	60,0	430	5,00
Бутерброд с сыром	80	5,8	5,2	16,4	136,6	3	14,00
Итого за приём пищи:	500	12,6	17,1	64,7	462,9		35,00
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
Молоко	200	5,9	5,1	9,8	110,5	385	14,80
ОБЕД							
Суп из овощей	250	5,9	10,0	11,1	160,3	99	15,00
Гуляш из отварного мяса	90	21,8	57,6	10,3	643,3	259	52,00
Макаронные изделия отварные	180	6,6	5,8	37,6	229,2	331	10,00
Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,1	31,7	131,0	402	10,00
Хлеб ржаной	30	2,0	0,3	12,7	61,2	к/к	3,00
Итого за приём пищи:	750	36,9	73,8	103,3	1225,0		90,00
Всего за день:	1450	55,4	96,0	177,8	1798,4		139,80

* В меню возможны изменения из-за наличия продуктов на складе

**ПРИЛОЖЕНИЕ № 8 к СанПин 2.3/2.4.3590-20

«Утверждаю»
Индивидуальный предприниматель



С.Н.Василисков



«Согласовано»
Директор МОУ «Раздольская СОШ»

А.В.Долгов

«27» декабря 2022 года

МЕНЮ КОМПЛЕКСНОГО ПИТАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1 – 4 КЛАССОВ*

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	МАССА ПОРЦИИ	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА			ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ	№ РЕЦЕПТУРЫ	ЦЕНА
		БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ			
КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ							
ВТОРНИК							
№ ДНЯ – 07							
ЗАВТРАК							
Омлет натуральный паровой	260	25,0	41,3	4,7	490,9	214	24,00
Какао с молоком	200	2,9	2,5	24,8	134,0	433	8,00
Батон	40	3,0	1,2	20,6	104,8	к/к	3,00
Итого за приём пищи:	500	30,9	45,0	50,1	729,7		35,00
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
Молоко	200	5,9	5,1	9,8	110,5	385	14,80
ОБЕД							
Рассольник «Ленинградский» на курином бульоне со сметаной	250	6,4	10,2	16,6	186,0	96	15,00
Рыба, припущенная в молоке	90	13,9	8,4	2,8	142,0	230	50,00
Каша рисовая рассыпчатая	180	4,3	5,5	45,2	247,2	323	12,00
Кисель	200	0,1	0,1	27,9	113,0	411	10,00
Хлеб ржаной	30	2,0	0,3	12,7	61,2	к/к	3,00
Итого за приём пищи:	750	26,7	24,5	105,2	749,4		90,00
Всего за день:	1450	63,5	74,6	165,2	1589,6		139,80

* В меню возможны изменения из-за наличия продуктов на складе

**ПРИЛОЖЕНИЕ № 8 К САНПИН 2.3/2.4.3590-20

«Утверждаю»
Индивидуальный предприниматель



С.Н.Василисков



«Согласовано»
Директор МОУ «Раздольская СОШ»

А.В.Долгов

«28» декабря 2022 года

МЕНЮ КОМПЛЕКСНОГО ПИТАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1 – 4 КЛАССОВ*

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	МАССА ПОРЦИИ	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА			ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ	№ РЕЦЕПТУРЫ	ЦЕНА
		БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ			
КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ							
ЗАВТРАК							
Каша геркулесовая молочная	220	7,0	8,4	30,6	226,2	413	15,00
Бутерброд с джемом	80	4,1	1,5	45,5	208,9	2	15,00
Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15,0	60,0	430	5,00
Итого за приём пищи:	500	11,3	10,0	91,1	495,1		35,00
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
Молоко	200	5,9	5,1	9,8	110,5	385	14,80
ОБЕД							
Суп картофельный с крупой	250	6,5	7,7	20,7	181,2	101	15,00
Котлеты, рубленые из птицы	90	13,6	19,89	14,5	289,7	314	52,00
Макаронные изделия отварные	180	6,6	5,8	37,6	229,2	331	10,00
Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,1	31,7	131,0	402	10,00
Хлеб ржаной	30	2,0	0,3	12,7	61,2	к/к	3,00
Итого за приём пищи:	750	29,3	33,7	117,2	892,3		90,00
Всего за день:	1450	46,5	48,8	218,1	1497,9		139,80

* В меню возможны изменения из-за наличия продуктов на складе

**ПРИЛОЖЕНИЕ № 8 к САНПИН 2.3/2.4.3590-20

«Утверждаю»

Индивидуальный предприниматель



С.Н.Василисков



«Согласовано»

Директор МОУ «Раздольская СОШ»

А.В.Долгов

«29» декабря 2022 года

МЕНЮ КОМПЛЕКСНОГО ПИТАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1 – 4 КЛАССОВ*

КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ

ЧЕТВЕРГ

№ ДНЯ – 09

ЗАВТРАК

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	МАССА ПОРЦИИ	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА			ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ	№ РЕЦЕПТУРЫ	ЦЕНА
		БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ			
Запеканка из творога	260	46,2	23,6	42,0	576,2	224	27,00
Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15,0	60,0	430	5,00
Батон	40	3,0	1,2	20,6	104,8	к/к	3,00
Итого за приём пищи:	500	49,4	24,9	77,6	741,0		35,00

ВТОРОЙ ЗАВТРАК

Молоко	200	5,9	5,1	9,8	110,5	385	14,80
--------	-----	-----	-----	-----	-------	-----	-------

ОБЕД

Свекольник на курином бульоне со сметаной	250	5,8	9,5	14,8	171,7	82	17,00
Жаркое по-домашнему	250	21,2	49,4	23,0	622,8	258	60,00
Кисель	200	0,1	0,1	27,9	113,0	411	10,00
Хлеб ржаной	30	2,0	0,3	12,7	61,2	к/к	3,00
Итого за приём пищи:	730	29,1	59,3	78,4	968,7		90,00
Всего за день:	1430	84,4	89,3	165,8	1820,2		139,80

* В меню возможны изменения из-за наличия продуктов на складе

**ПРИЛОЖЕНИЕ № 8 К САНПИН 2.3/2.4.3590-20

«Утверждаю»

Индивидуальный предприниматель



С.Н.Василисков



«Согласовано»

Директор МОУ «Раздольская СОШ»

А.В.Долгов

«30» декабря 2022 года

МЕНЮ КОМПЛЕКСНОГО ПИТАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1 – 4 КЛАССОВ*

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	МАССА ПОРЦИИ	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА			ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ	№ РЕЦЕПТУРЫ	ЦЕНА
		БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ			
КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ		ПЯТНИЦА			№ ДНЯ - 10		
ЗАВТРАК							
Каша манная молочная	220	7,8	8,8	40,6	273,9	184	16,00
Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15,0	60,0	430	5,00
Бутерброд с маслом	80	3,5	26,9	24,0	352,4	1	14,00
Итого за приём пищи:	500	11,5	35,8	79,6	686,3		35,00
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
Молоко	200	5,9	5,1	9,8	110,5	385	14,80
ОБЕД							
Суп рыбный со сметаной	250	6,3	4,5	16,8	135,6	87	15,00
Запеканка картофельная с мясом	220	14,7	38,0	36,8	548,1	299	62,00
Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,1	31,7	131,0	402	10,00
Хлеб ржаной	30	2,0	0,3	12,7	61,2	к/к	3,00
Итого за приём пищи:	700	23,6	42,9	98,0	875,9		90,00
Всего за день:	1400	41,0	83,8	187,4	1672,7		139,80

* В меню возможны изменения из-за наличия продуктов на складе

**ПРИЛОЖЕНИЕ № 8 К САНПИН 2.3/2.4.3590-20