

«Утверждаю»  
Индивидуальный предприниматель



С.Н.Василисков

«Согласовано»  
Директор МОУ «Раздольская СОШ»



А.В.Долгов

«09» января 2023 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
<b>Итого за приём пищи:</b>	<b>500</b>	<b>16,8</b>	<b>20,7</b>	<b>71,5</b>	<b>540,1</b>		<b>35,00</b>

**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
<b>Итого за приём пищи:</b>	<b>750</b>	<b>27,7</b>	<b>46,1</b>	<b>113,6</b>	<b>989,4</b>		<b>90,00</b>
<b>Всего за день:</b>	<b>1450</b>	<b>50,4</b>	<b>71,9</b>	<b>194,9</b>	<b>1640,0</b>		<b>139,80</b>

\* 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

«10» января 2023 года

**МЕНЮ КОМПЛЕКСНОГО ПИТАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1 – 4 КЛАССОВ\***

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	МАССА ПОРЦИИ	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА			ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ	№ РЕЦЕПТУРЫ	ЦЕНА
		БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ			
<b>КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>				<b>ВТОРНИК</b>		<b>№ ДНЯ - 02</b>	
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
<b>Итого за приём пищи:</b>	<b>500</b>	<b>14,0</b>	<b>36,9</b>	<b>74,3</b>	<b>689,2</b>		<b>35,00</b>
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>							
Молоко	200	5,9	5,1	9,8	110,5	385	14,80
<b>ОБЕД</b>							
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
<b>Итого за приём пищи:</b>	<b>750</b>	<b>25,7</b>	<b>23,5</b>	<b>80,5</b>	<b>636,2</b>		<b>90,00</b>
<b>Всего за день:</b>	<b>1450</b>	<b>45,6</b>	<b>65,5</b>	<b>164,5</b>	<b>1435,9</b>		<b>139,80</b>

\* 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

«11» января 2023 года

**МЕНЮ КОМПЛЕКСНОГО ПИТАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1 – 4 КЛАССОВ\***

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	МАССА ПОРЦИИ	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА			ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ	№ РЕЦЕПТУРЫ	ЦЕНА
		БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ			
<b>КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ</b>							
				<b>СРЕДА</b>			
<b>ЗАВТРАК</b>							
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
<b>Итого за приём пищи:</b>	<b>500</b>	<b>52,8</b>	<b>35,1</b>	<b>99,8</b>	<b>937,3</b>		<b>35,00</b>
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>							
Молоко	200	5,9	5,1	9,8	110,5	385	14,80
<b>ОБЕД</b>							
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
<b>Итого за приём пищи:</b>	<b>750</b>	<b>34,6</b>	<b>34,5</b>	<b>110,6</b>	<b>892,5</b>		<b>90,00</b>
<b>Всего за день:</b>	<b>1450</b>	<b>93,3</b>	<b>74,7</b>	<b>220,2</b>	<b>1940,3</b>		<b>139,80</b>

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

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

«Утверждаю»

Индивидуальный предприниматель

«Согласовано»

Директор МОУ «Раздольская СОШ»



С.Н.Василисков



А.В.Долгов

«12» января 2023 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
<b>Итого за приём пищи:</b>	<b>500</b>	<b>10,6</b>	<b>12,9</b>	<b>92,5</b>	<b>524,8</b>		<b>35,00</b>

**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
<b>Итого за приём пищи:</b>	<b>730</b>	<b>36,4</b>	<b>30,0</b>	<b>100,8</b>	<b>823,8</b>		<b>90,00</b>
<b>Всего за день:</b>	<b>1430</b>	<b>52,9</b>	<b>48,0</b>	<b>203,1</b>	<b>1459,1</b>		<b>139,80</b>

\* 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» января 2023 года

**МЕНЮ КОМПЛЕКСНОГО ПИТАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1 – 4 КЛАССОВ\***

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	МАССА ПОРЦИИ	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА			ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ	№ РЕЦЕПТУРЫ	ЦЕНА
		БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ			
<b>КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ</b>							
<b>ПЯТНИЦА</b>							
<b>№ ДНЯ – 05</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
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
<b>Итого за приём пищи:</b>	<b>500</b>	<b>11,5</b>	<b>34,2</b>	<b>69,4</b>	<b>630,4</b>		<b>35,00</b>
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>							
Молоко	200	5,9	5,1	9,8	110,5	385	14,80
<b>ОБЕД</b>							
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
<b>Итого за приём пищи:</b>	<b>750</b>	<b>41,7</b>	<b>36,9</b>	<b>94,6</b>	<b>911,8</b>		<b>90,00</b>
<b>Всего за день:</b>	<b>1450</b>	<b>59,1</b>	<b>76,3</b>	<b>173,8</b>	<b>1652,6</b>		<b>139,80</b>

\* 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.Василюков

«Согласовано»

Директор МОУ «Раздольская СОШ»



А.В.Долгов

«16» января 2023 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
<b>Итого за приём пищи:</b>	<b>500</b>	<b>12,6</b>	<b>17,1</b>	<b>64,7</b>	<b>462,9</b>		<b>35,00</b>

**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
<b>Итого за приём пищи:</b>	<b>750</b>	<b>36,9</b>	<b>73,8</b>	<b>103,3</b>	<b>1225,0</b>		<b>90,00</b>
<b>Всего за день:</b>	<b>1450</b>	<b>55,4</b>	<b>96,0</b>	<b>177,8</b>	<b>1798,4</b>		<b>139,80</b>

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

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



«Утверждаю»

Индивидуальный предприниматель

«Согласовано»

Директор МОУ «Раздольская СОШ»



С.Н.Василисков



А.В.Долгов

«18» января 2023 года

**МЕНЮ КОМПЛЕКСНОГО ПИТАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1 – 4 КЛАССОВ\***

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	МАССА ПОРЦИИ	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА			ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ	№ РЕЦЕПТУРЫ	ЦЕНА
		БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ			
<b>КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ</b>		<b>СРЕДА</b>			<b>№ ДНЯ – 08</b>		
<b>ЗАВТРАК</b>							
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
<b>Итого за приём пищи:</b>	<b>500</b>	<b>11,3</b>	<b>10,0</b>	<b>91,1</b>	<b>495,1</b>		<b>35,00</b>
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>							
Молоко	200	5,9	5,1	9,8	110,5	385	14,80
<b>ОБЕД</b>							
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
<b>Итого за приём пищи:</b>	<b>750</b>	<b>29,3</b>	<b>33,7</b>	<b>117,2</b>	<b>892,3</b>		<b>90,00</b>
<b>Всего за день:</b>	<b>1450</b>	<b>46,5</b>	<b>48,8</b>	<b>218,1</b>	<b>1497,9</b>		<b>139,80</b>

\* 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.Василюков

«Согласовано»  
Директор МОУ «Раздольская СОШ»



А.В.Долгов

«19» января 2023 года

**МЕНЮ КОМПЛЕКСНОГО ПИТАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1 – 4 КЛАССОВ\***

<b>КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ</b>		<b>ЧЕТВЕРГ</b>			<b>№ ДНЯ – 09</b>		
<b>ЗАВТРАК</b>							
<b>НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА</b>	<b>МАССА ПОРЦИИ</b>	<b>ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА</b>			<b>ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ</b>	<b>№ РЕЦЕПТУРЫ</b>	<b>ЦЕНА</b>
		<b>БЕЛКИ</b>	<b>ЖИРЫ</b>	<b>УГЛЕВОДЫ</b>			
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
<b>Итого за приём пищи:</b>	<b>500</b>	<b>49,4</b>	<b>24,9</b>	<b>77,6</b>	<b>741,0</b>		<b>35,00</b>
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>							
Молоко	200	5,9	5,1	9,8	110,5	385	14,80
<b>ОБЕД</b>							
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
<b>Итого за приём пищи:</b>	<b>730</b>	<b>29,1</b>	<b>59,3</b>	<b>78,4</b>	<b>968,7</b>		<b>90,00</b>
<b>Всего за день:</b>	<b>1430</b>	<b>84,4</b>	<b>89,3</b>	<b>165,8</b>	<b>1820,2</b>		<b>139,80</b>

\* 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» января 2023 года

**МЕНЮ КОМПЛЕКСНОГО ПИТАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1 – 4 КЛАССОВ\***

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	МАССА ПОРЦИИ	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА			ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ	№ РЕЦЕПТУРЫ	ЦЕНА
		БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ			
<b>КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ</b>		<b>ПЯТНИЦА</b>			<b>№ ДНЯ - 10</b>		
<b>ЗАВТРАК</b>							
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
<b>Итого за приём пищи:</b>	<b>500</b>	<b>11,5</b>	<b>35,8</b>	<b>79,6</b>	<b>686,3</b>		<b>35,00</b>
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>							
Молоко	200	5,9	5,1	9,8	110,5	385	14,80
<b>ОБЕД</b>							
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
<b>Итого за приём пищи:</b>	<b>700</b>	<b>23,6</b>	<b>42,9</b>	<b>98,0</b>	<b>875,9</b>		<b>90,00</b>
<b>Всего за день:</b>	<b>1400</b>	<b>41,0</b>	<b>83,8</b>	<b>187,4</b>	<b>1672,7</b>		<b>139,80</b>

\* 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» января 2023 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
<b>Итого за приём пищи:</b>	<b>500</b>	<b>16,8</b>	<b>20,7</b>	<b>71,5</b>	<b>540,1</b>		<b>35,00</b>

**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
<b>Итого за приём пищи:</b>	<b>750</b>	<b>27,7</b>	<b>46,1</b>	<b>113,6</b>	<b>989,4</b>		<b>90,00</b>
<b>Всего за день:</b>	<b>1450</b>	<b>50,4</b>	<b>71,9</b>	<b>194,9</b>	<b>1640,0</b>		<b>139,80</b>

\* 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

«24» января 2023 года

**МЕНЮ КОМПЛЕКСНОГО ПИТАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1 – 4 КЛАССОВ\***

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	МАССА ПОРЦИИ	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА			ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ	№ РЕЦЕПТУРЫ	ЦЕНА
		БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ			
<b>КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ</b>		<b>ВТОРНИК</b>			<b>№ ДНЯ - 02</b>		
<b>ЗАВТРАК</b>							
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
<b>Итого за приём пищи:</b>	<b>500</b>	<b>14,0</b>	<b>36,9</b>	<b>74,3</b>	<b>689,2</b>		<b>35,00</b>
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>							
Молоко	200	5,9	5,1	9,8	110,5	385	14,80
<b>ОБЕД</b>							
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
<b>Итого за приём пищи:</b>	<b>750</b>	<b>25,7</b>	<b>23,5</b>	<b>80,5</b>	<b>636,2</b>		<b>90,00</b>
<b>Всего за день:</b>	<b>1450</b>	<b>45,6</b>	<b>65,5</b>	<b>164,5</b>	<b>1435,9</b>		<b>139,80</b>

\* 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

«25» января 2023 года

**МЕНЮ КОМПЛЕКСНОГО ПИТАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1 – 4 КЛАССОВ\***

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	МАССА ПОРЦИИ	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА			ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ	№ РЕЦЕПТУРЫ	ЦЕНА
		БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ			
<b>КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>				СРЕДА	№ ДНЯ - 03		
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
<b>Итого за приём пищи:</b>	<b>500</b>	<b>52,8</b>	<b>35,1</b>	<b>99,8</b>	<b>937,3</b>		<b>35,00</b>
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>							
Молоко	200	5,9	5,1	9,8	110,5	385	14,80
<b>ОБЕД</b>							
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
<b>Итого за приём пищи:</b>	<b>750</b>	<b>34,6</b>	<b>34,5</b>	<b>110,6</b>	<b>892,5</b>		<b>90,00</b>
<b>Всего за день:</b>	<b>1450</b>	<b>93,3</b>	<b>74,7</b>	<b>220,2</b>	<b>1940,3</b>		<b>139,80</b>

\* 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.Василевский



«Согласовано»  
Директор МОУ «Раздольская СОШ»

А.В.Долгов

«26» января 2023 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
<b>Итого за приём пищи:</b>	<b>500</b>	<b>10,6</b>	<b>12,9</b>	<b>92,5</b>	<b>524,8</b>		<b>35,00</b>
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>							
Молоко	200	5,9	5,1	9,8	110,5	385	14,80
<b>ОБЕД</b>							
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
<b>Итого за приём пищи:</b>	<b>730</b>	<b>36,4</b>	<b>30,0</b>	<b>100,8</b>	<b>823,8</b>		<b>90,00</b>
<b>Всего за день:</b>	<b>1430</b>	<b>52,9</b>	<b>48,0</b>	<b>203,1</b>	<b>1459,1</b>		<b>139,80</b>

\* 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» января 2023 года

**МЕНЮ КОМПЛЕКСНОГО ПИТАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1 – 4 КЛАССОВ\***

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	МАССА ПОРЦИИ	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА			ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ	№ РЕЦЕПТУРЫ	ЦЕНА
		БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ			
<b>КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ</b>							
<b>ПЯТНИЦА</b>							
<b>№ ДНЯ – 05</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
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
<b>Итого за приём пищи:</b>	<b>500</b>	<b>11,5</b>	<b>34,2</b>	<b>69,4</b>	<b>630,4</b>		<b>35,00</b>
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>							
Молоко	200	5,9	5,1	9,8	110,5	385	14,80
<b>ОБЕД</b>							
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
<b>Итого за приём пищи:</b>	<b>750</b>	<b>41,7</b>	<b>36,9</b>	<b>94,6</b>	<b>911,8</b>		<b>90,00</b>
<b>Всего за день:</b>	<b>1450</b>	<b>59,1</b>	<b>76,3</b>	<b>173,8</b>	<b>1652,6</b>		<b>139,80</b>

\* 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» января 2023 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
<b>Итого за приём пищи:</b>	<b>500</b>	<b>12,6</b>	<b>17,1</b>	<b>64,7</b>	<b>462,9</b>		<b>35,00</b>

**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
<b>Итого за приём пищи:</b>	<b>750</b>	<b>36,9</b>	<b>73,8</b>	<b>103,3</b>	<b>1225,0</b>		<b>90,00</b>
<b>Всего за день:</b>	<b>1450</b>	<b>55,4</b>	<b>96,0</b>	<b>177,8</b>	<b>1798,4</b>		<b>139,80</b>

\* 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

«31» января 2023 года

**МЕНЮ КОМПЛЕКСНОГО ПИТАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1 – 4 КЛАССОВ\***

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	МАССА ПОРЦИИ	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА			ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ	№ РЕЦЕПТУРЫ	ЦЕНА
		БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ			
<b>КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ</b>		<b>ВТОРНИК</b>			<b>№ ДНЯ – 07</b>		
<b>ЗАВТРАК</b>							
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
<b>Итого за приём пищи:</b>	<b>500</b>	<b>30,9</b>	<b>45,0</b>	<b>50,1</b>	<b>729,7</b>		<b>35,00</b>
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>							
Молоко	200	5,9	5,1	9,8	110,5	385	14,80
<b>ОБЕД</b>							
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
<b>Итого за приём пищи:</b>	<b>750</b>	<b>26,7</b>	<b>24,5</b>	<b>105,2</b>	<b>749,4</b>		<b>90,00</b>
<b>Всего за день:</b>	<b>1450</b>	<b>63,5</b>	<b>74,6</b>	<b>165,2</b>	<b>1589,6</b>		<b>139,80</b>

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

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