

«Утверждаю»
Индивидуальный предприниматель



С.Н.Василисков



«Согласовано»
Директор МОУ «Раздольская СОШ»

А.В.Долгов

«09» января 2023 года

МЕНЮ ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5 – 11 КЛАССОВ*

КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ

ПОНЕДЕЛЬНИК

№ ДНЯ - 01

ЗАВТРАК

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | МАССА ПОРЦИИ | ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА | | | ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ | № РЕЦЕПТУРЫ | ЦЕНА |
|-----------------------------|--------------|------------------|-------------|-------------|-------------------------|-------------|--------------|
| | | БЕЛКИ | ЖИРЫ | УГЛЕВОДЫ | | | |
| Каша гречневая молочная | 210 | 6,7 | 11,5 | 27,8 | 240,8 | 182 | 16,00 |
| Чай с сахаром | 185/15 | 0,2 | 0,1 | 15,0 | 60,0 | 430 | 5,00 |
| Бутерброд с сыром | 30 | 3,6 | 3,3 | 10,3 | 85,5 | 3 | 14,00 |
| Итого за приём пищи: | 440 | 10,5 | 14,9 | 53,1 | 386,3 | | 35,00 |

ОБЕД

| | | | | | | | |
|-----------------------------|------------|-------------|-------------|--------------|--------------|-----|---------------|
| Суп картофельный с бобовыми | 200 | 7,7 | 6,9 | 15,1 | 152,0 | 99 | 17,00 |
| Бефстроганов | 50 | 6,2 | 17,7 | 3,1 | 200,2 | 375 | 50,00 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 3,6 | 4,6 | 37,7 | 206,0 | 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 | | 3,00 |
| Итого за приём пищи: | 535 | 23,0 | 26,6 | 66,9 | 598,3 | | 90,00 |
| Всего за день: | 975 | 33,5 | 41,5 | 120,0 | 984,6 | | 125,00 |

* 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 ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5 – 11 КЛАССОВ*

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | МАССА ПОРЦИИ | ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА | | | ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ | № РЕЦЕПТУРЫ | ЦЕНА |
|--|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------|-------------|---------------|
| | | БЕЛКИ | ЖИРЫ | УГЛЕВОДЫ | | | |
| КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ | | | | | | | |
| ВТОРНИК | | | | | | | |
| № ДНЯ - 02 | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | |
| Каша «Дружба» молочная | 200 | 6,2 | 10,0 | 26,8 | 224,00 | 190 | 14,00 |
| Кофейный напиток с молоком | 180 | 2,8 | 2,2 | 15,5 | 93,3 | 379 | 8,00 |
| Бутерброд с маслом | 30 | 1,6 | 8,9 | 10,4 | 127,2 | 1 | 13,00 |
| Итого за приём пищи: | 410 | 10,6 | 21,1 | 52,7 | 444,5 | | 35,00 |
| 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 | 40 | 6,6 | 3,8 | 1,3 | 65,3 | 230 | 47,00 |
| Пюре картофельное | 150 | 3,1 | 5,4 | 20,3 | 141,0 | 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 | | 3,00 |
| Итого за приём пищи: | 680 | 16,8 | 17,7 | 75,1 | 527,5 | | 90,00 |
| Всего за день: | 1090 | 27,4 | 38,8 | 127,8 | 972,0 | | 125,00 |

* 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 ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5 – 11 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 | 130 | 24,6 | 16,9 | 31,9 | 385,2 | 224 | 30,00 |
| Чай с сахаром и лимоном | 185/15/7 | 0,3 | 0,1 | 15,2 | 62,0 | 431 | 5,00 |
| Итого за приём пищи: | 337 | 24,9 | 17,0 | 47,1 | 447,2 | | 35,00 |
| ОБЕД | | | | | | | |
| Суп-лапша домашняя | 200 | 5,5 | 7,1 | 11,7 | 131,1 | 106 | 17,00 |
| Суфле куриное с макаронами | 75/150 | 12,4 | 19,2 | 6,3 | 246,9 | 299 | 60,00 |
| 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 | | 3,00 |
| Итого за приём пищи: | 630 | 17,9 | 29,8 | 96,9 | 729,5 | | 90,00 |
| Всего за день: | 967 | 42,8 | 46,8 | 144,0 | 1176,7 | | 125,00 |

* 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» января 2023 года

МЕНЮ ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5 – 11 КЛАССОВ*

| КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ | | ЧЕТВЕРГ | | | № ДНЯ - 04 | | |
|--------------------------------|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------|-------------|---------------|
| ЗАВТРАК | | | | | | | |
| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | МАССА ПОРЦИИ | ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА | | | ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ | № РЕЦЕПТУРЫ | ЦЕНА |
| | | БЕЛКИ | ЖИРЫ | УГЛЕВОДЫ | | | |
| Каша ячневая молочная | 210 | 5,9 | 10,9 | 30,3 | 242,3 | 182 | 18,00 |
| Чай с сахаром и лимоном | 185/15/7 | 0,3 | 0,1 | 15,2 | 62,0 | 431 | 5,00 |
| Бутерброд с джемом | 30 | 1,6 | 0,6 | 17,1 | 78,3 | 2 | 12,00 |
| Итого за приём пищи: | 447 | 7,8 | 11,6 | 62,6 | 382,6 | | 35,00 |
| ОБЕД | | | | | | | |
| Щи по-уральски (с крупой) | 200 | 4,8 | 7,4 | 5,8 | 112,1 | 87 | 15,00 |
| Плов из птицы | 170 | 20,2 | 15,5 | 31,3 | 345,8 | 311 | 60,00 |
| Компот из свежих плодов | 200 | 0,2 | 0,2 | 27,9 | 115,0 | 394 | 12,00 |
| Хлеб ржаной | 30 | 2,0 | 0,3 | 12,7 | 61,2 | | 3,00 |
| Итого за приём пищи: | 630 | 27,6 | 25,1 | 80,1 | 661,4 | | 90,00 |
| Всего за день: | 1077 | 35,4 | 36,7 | 142,7 | 1044,0 | | 125,00 |

* 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

«13» января 2023 года

МЕНЮ ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5 – 11 КЛАССОВ*

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | МАССА ПОРЦИИ | ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА | | | ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ | № РЕЦЕПТУРЫ | ЦЕНА |
|---------------------------------------|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------|-------------|---------------|
| | | БЕЛКИ | ЖИРЫ | УГЛЕВОДЫ | | | |
| КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ | | | | | | | |
| ПЯТНИЦА | | | | | | | |
| № ДНЯ - 05 | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | |
| Каша овсяная «Геркулес» | 155 | 5,1 | 7,5 | 18,9 | 162,7 | 189 | 17,00 |
| Чай с сахаром | 185/15 | 0,2 | 0,1 | 15,0 | 60,0 | 430 | 5,00 |
| Бутерброд с маслом | 30 | 1,6 | 8,9 | 10,4 | 127,2 | 1 | 13,00 |
| Итого за приём пищи: | 385 | 6,9 | 16,5 | 44,3 | 349,9 | | 35,00 |
| ОБЕД | | | | | | | |
| Солянка домашняя со сметаной | 200 | 7,0 | 12,4 | 10,4 | 183,9 | 92 | 17,00 |
| Печень по-строгановски | 50/50 | 13,3 | 8,7 | 2,3 | 157,1 | 256 | 50,00 |
| Макаронные изделия отварные | 155 | 5,6 | 4,8 | 31,9 | 194,0 | 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 | | 3,00 |
| Итого за приём пищи: | 715 | 28,5 | 29,3 | 87,4 | 747,3 | | 90,00 |
| Всего за день: | 1100 | 35,4 | 45,8 | 131,7 | 1097,2 | | 125,00 |

* 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» января 2023 года

МЕНЮ ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5 – 11 КЛАССОВ*

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | МАССА ПОРЦИИ | ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА | | | ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ | № РЕЦЕПТУРЫ | ЦЕНА |
|---------------------------------------|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------|-------------|---------------|
| | | БЕЛКИ | ЖИРЫ | УГЛЕВОДЫ | | | |
| КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ | | | | | | | |
| СУББОТА | | | | | | | |
| № ДНЯ - 06 | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | |
| Каша пшеничная молочная | 155 | 5,6 | 6,4 | 24,8 | 179,0 | 189 | 11,00 |
| Какао с молоком | 200 | 2,9 | 2,5 | 24,8 | 134,0 | 433 | 11,00 |
| Бутерброд с маслом | 30 | 1,6 | 8,9 | 10,4 | 127,2 | 1 | 13,00 |
| Итого за приём пищи: | 385 | 10,1 | 17,8 | 60,0 | 440,2 | | 35,00 |
| ОБЕД | | | | | | | |
| Суп из овощей | 200 | 4,7 | 7,4 | 9,0 | 122,5 | 95 | 15,00 |
| Сосиски отварные | 50 | 5,6 | 12,2 | 0,2 | 133,0 | 254 | 50,00 |
| Каша рисовая рассыпчатая | 150 | 3,6 | 4,6 | 37,7 | 206,0 | 323 | 12,00 |
| 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 | | 3,00 |
| Итого за приём пищи: | 630 | 16,5 | 24,6 | 91,3 | 653,7 | | 90,00 |
| Всего за день: | 1015 | 26,6 | 42,4 | 151,3 | 1093,9 | | 125,00 |

* 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.Василенков

«Согласовано»
Директор МОУ «Раздольская СОШ»



А.В.Долгов

«16» января 2023 года

МЕНЮ ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5 – 11 КЛАССОВ*

| КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ | | ПОНЕДЕЛЬНИК | | | № ДНЯ - 07 | | |
|--------------------------------|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------|-------------|---------------|
| ЗАВТРАК | | | | | | | |
| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | МАССА ПОРЦИИ | ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА | | | ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ | № РЕЦЕПТУРЫ | ЦЕНА |
| | | БЕЛКИ | ЖИРЫ | УГЛЕВОДЫ | | | |
| Каша пшённая молочная | 210 | 6,4 | 11,3 | 31,7 | 254,0 | 182 | 16,00 |
| Чай с сахаром | 185/15 | 0,2 | 0,1 | 15,0 | 60,0 | 430 | 5,00 |
| Бутерброд с сыром | 30 | 3,6 | 3,3 | 10,3 | 85,5 | 3 | 14,00 |
| Итого за приём пищи: | 460 | 10,2 | 14,7 | 57,0 | 399,5 | | 35,00 |
| ОБЕД | | | | | | | |
| Суп из овощей | 200 | 4,7 | 7,4 | 9,0 | 122,5 | 95 | 15,00 |
| Гуляш из отварного мяса | 50/50 | 12,1 | 31,9 | 5,6 | 357,3 | 259 | 52,00 |
| Макаронные изделия отварные | 155 | 5,6 | 4,8 | 31,9 | 194,0 | 209 | 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 | | 3,00 |
| Итого за приём пищи: | 710 | 25,3 | 48,1 | 92,3 | 904,6 | | 90,00 |
| Всего за день: | 1170 | 35,5 | 62,8 | 149,3 | 1304,1 | | 125,00 |

* 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

«17» января 2023 года

МЕНЮ ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5 – 11 КЛАССОВ*

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | МАССА ПОРЦИИ | ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА | | | ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ | № РЕЦЕПТУРЫ | ЦЕНА |
|---|--------------|------------------|-------------|----------------|-------------------------|-------------------|---------------|
| | | БЕЛКИ | ЖИРЫ | УГЛЕВОДЫ | | | |
| КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ | | | | | | | |
| | | | | ВТОРНИК | | № ДНЯ - 08 | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | |
| Омлет натуральный паровой | 130 | 12,5 | 20,7 | 2,4 | 245,4 | 214 | 24,00 |
| Какао с молоком | 200 | 2,9 | 2,5 | 24,8 | 134,0 | 433 | 11,00 |
| Итого за приём пищи: | 330 | 15,4 | 23,2 | 27,2 | 379,4 | | 35,00 |
| ОБЕД | | | | | | | |
| Рассольник «Ленинградский» на курином бульоне со сметаной | 200 | 5,1 | 8,1 | 13,4 | 148,6 | 96 | 15,00 |
| Рыба, припущенная в молоке | 50 | 7,6 | 4,7 | 1,5 | 78,9 | 230 | 50,00 |
| Каша рисовая рассыпчатая | 150 | 3,6 | 4,6 | 37,7 | 206,0 | 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 | | 3,00 |
| Итого за приём пищи: | 640 | 18,5 | 17,8 | 93,5 | 609,1 | | 90,00 |
| Всего за день: | 970 | 33,9 | 41,0 | 120,7 | 988,5 | | 125,00 |

* 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

«18» января 2023 года

МЕНЮ ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5 – 11 КЛАССОВ*

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | МАССА ПОРЦИИ | ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА | | | ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ | № РЕЦЕПТУРЫ | ЦЕНА |
|---------------------------------------|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------|-------------|---------------|
| | | БЕЛКИ | ЖИРЫ | УГЛЕВОДЫ | | | |
| КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ | | СРЕДА | | | № ДНЯ - 09 | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | |
| Каша геркулесовая молочная | 205 | 6,5 | 7,8 | 28,5 | 210,7 | 413 | 15,00 |
| Бутерброд с джемом | 30 | 1,6 | 0,6 | 17,1 | 78,3 | 2 | 15,00 |
| Чай с сахаром | 185/15 | 0,2 | 0,1 | 15,0 | 60,0 | 430 | 5,00 |
| Итого за приём пищи: | 435 | 8,3 | 8,5 | 60,6 | 349,0 | | 35,00 |
| ОБЕД | | | | | | | |
| Суп картофельный с крупой | 200 | 5,2 | 6,2 | 16,7 | 144,8 | 101 | 15,00 |
| Котлеты, рубленые из птицы | 80 | 12,1 | 17,5 | 13,0 | 257,6 | 314 | 52,00 |
| Макаронные изделия отварные | 155 | 5,6 | 4,8 | 31,9 | 194,0 | 209 | 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 | | 3,00 |
| Итого за приём пищи: | 690 | 25,8 | 30,6 | 107,8 | 812,9 | | 90,00 |
| Всего за день: | 1125 | 34,1 | 39,1 | 168,4 | 1161,9 | | 125,00 |

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

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

«Утверждаю»
Индивидуальный предприниматель
Василисков Сергей
С.Н.Василисков



«Согласовано»
Директор МОУ «Раздольская СОШ»
А.В.Долгов



«19» января 2023 года

МЕНЮ ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5 – 11 КЛАССОВ*

| <i>КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ</i> | | <i>ЧЕТВЕРГ</i> | | | <i>№ ДНЯ - 10</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> | | | |
| Запеканка из творога | 200 | 35,5 | 18,2 | 32,3 | 443,2 | 224 | 30,00 |
| Чай с сахаром | 185/15 | 0,2 | 0,1 | 15,0 | 60,0 | 430 | 5,00 |
| Итого за приём пищи: | 400 | 35,7 | 18,3 | 47,3 | 503,2 | | 35,00 |
| ОБЕД | | | | | | | |
| Свекольник на курином бульоне со сметаной | 200 | 4,7 | 7,6 | 11,8 | 137,2 | 82 | 17,00 |
| Жаркое по-домашнему | 200 | 16,9 | 39,5 | 18,5 | 498,5 | 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 | | 3,00 |
| Итого за приём пищи: | 640 | 23,8 | 47,5 | 71,1 | 811,2 | | 90,00 |
| Всего за день: | 1040 | 59,5 | 65,8 | 118,4 | 1314,4 | | 125,00 |

* 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 ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5 – 11 КЛАССОВ*

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | МАССА ПОРЦИИ | ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА | | | ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ | № РЕЦЕПТУРЫ | ЦЕНА |
|---------------------------------------|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------|-------------|---------------|
| | | БЕЛКИ | ЖИРЫ | УГЛЕВОДЫ | | | |
| КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ | | ПЯТНИЦА | | | № ДНЯ - 11 | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | |
| Каша манная молочная | 200 | 7,1 | 8,0 | 36,9 | 249,0 | 184 | 16,00 |
| Чай с сахаром | 185/15 | 0,2 | 0,1 | 15,0 | 60,0 | 430 | 5,00 |
| Бутерброд с маслом | 30 | 1,6 | 8,9 | 10,4 | 127,2 | 1 | 14,00 |
| Итого за приём пищи: | 430 | 8,6 | 18,2 | 60,9 | 441,0 | | 35,00- |
| ОБЕД | | | | | | | |
| Суп рыбный со сметаной | 200 | 5,0 | 3,6 | 13,4 | 108,0 | 87 | 15,00 |
| Запеканка картофельная с мясом | 180 | 12,0 | 31,1 | 30,0 | 448,7 | 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 | | 3,00 |
| Итого за приём пищи: | 640 | 20,0 | 37,0 | 91,2 | 782,0 | | 90,00 |
| Всего за день: | 1070 | 28,6 | 55,2 | 152,1 | 1223,0 | | 125,00 |

* 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» января 2023 года

МЕНЮ ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5 – 11 КЛАССОВ*

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | МАССА ПОРЦИИ | ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА | | | ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ | № РЕЦЕПТУРЫ | ЦЕНА |
|---------------------------------------|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------|-------------|---------------|
| | | БЕЛКИ | ЖИРЫ | УГЛЕВОДЫ | | | |
| КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ | | СУББОТА | | | № ДНЯ - 12 | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | |
| Каша геркулесовая молочная | 205 | 6,5 | 7,8 | 28,5 | 210,7 | 413 | 12,00 |
| Какао с молоком | 200 | 2,9 | 2,5 | 24,8 | 134,0 | 433 | 11,00 |
| Бутерброд с джемом | 30 | 1,6 | 0,6 | 17,1 | 78,3 | 2 | 12,00 |
| Итого за приём пищи: | 435 | 11,0 | 10,9 | 71,0 | 425,6 | | 35,00 |
| ОБЕД | | | | | | | |
| Суп из овощей | 200 | 4,7 | 7,4 | 9,0 | 122,5 | 95 | 15,00 |
| Сосиски отварные | 50 | 5,6 | 12,2 | 0,2 | 133,0 | 254 | 50,00 |
| Макаронные изделия отварные | 155 | 5,6 | 4,8 | 31,9 | 194,0 | 209 | 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 | | 3,00 |
| Итого за приём пищи: | 635 | 18,0 | 24,8 | 81,7 | 623,7 | | 90,00 |
| Всего за день: | 1070 | 29,0 | 35,7 | 152,7 | 1049,3 | | 125,00 |

* 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 ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5 – 11 КЛАССОВ*

КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ

ПОНЕДЕЛЬНИК

№ ДНЯ - 01

ЗАВТРАК

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | МАССА ПОРЦИИ | ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА | | | ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ | № РЕЦЕПТУРЫ | ЦЕНА |
|-----------------------------|--------------|------------------|-------------|-------------|-------------------------|-------------|--------------|
| | | БЕЛКИ | ЖИРЫ | УГЛЕВОДЫ | | | |
| Каша гречневая молочная | 210 | 6,7 | 11,5 | 27,8 | 240,8 | 182 | 16,00 |
| Чай с сахаром | 185/15 | 0,2 | 0,1 | 15,0 | 60,0 | 430 | 5,00 |
| Бутерброд с сыром | 30 | 3,6 | 3,3 | 10,3 | 85,5 | 3 | 14,00 |
| Итого за приём пищи: | 440 | 10,5 | 14,9 | 53,1 | 386,3 | | 35,00 |

ОБЕД

| | | | | | | | |
|-----------------------------|------------|-------------|-------------|--------------|--------------|-----|---------------|
| Суп картофельный с бобовыми | 200 | 7,7 | 6,9 | 15,1 | 152,0 | 99 | 17,00 |
| Бефстроганов | 50 | 6,2 | 17,7 | 3,1 | 200,2 | 375 | 50,00 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 3,6 | 4,6 | 37,7 | 206,0 | 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 | | 3,00 |
| Итого за приём пищи: | 535 | 23,0 | 26,6 | 66,9 | 598,3 | | 90,00 |
| Всего за день: | 975 | 33,5 | 41,5 | 120,0 | 984,6 | | 125,00 |

* 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.Васлисков



«Согласовано»
Директор МОУ «Раздольская СОШ»

А.В.Долгов

«24» января 2023 года

МЕНЮ ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5 – 11 КЛАССОВ*

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | МАССА ПОРЦИИ | ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА | | | ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ | № РЕЦЕПТУРЫ | ЦЕНА |
|---|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------|-------------|---------------|
| | | БЕЛКИ | ЖИРЫ | УГЛЕВОДЫ | | | |
| КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ | | ВТОРНИК | | | № ДНЯ - 02 | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | |
| Каша «Дружба» молочная | 200 | 6,2 | 10,0 | 26,8 | 224,00 | 190 | 14,00 |
| Кофейный напиток с молоком | 180 | 2,8 | 2,2 | 15,5 | 93,3 | 379 | 8,00 |
| Бутерброд с маслом | 30 | 1,6 | 8,9 | 10,4 | 127,2 | 1 | 13,00 |
| Итого за приём пищи: | 410 | 10,6 | 21,1 | 52,7 | 444,5 | | 35,00 |
| 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 | 40 | 6,6 | 3,8 | 1,3 | 65,3 | 230 | 47,00 |
| Пюре картофельное | 150 | 3,1 | 5,4 | 20,3 | 141,0 | 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 | | 3,00 |
| Итого за приём пищи: | 680 | 16,8 | 17,7 | 75,1 | 527,5 | | 90,00 |
| Всего за день: | 1090 | 27,4 | 38,8 | 127,8 | 972,0 | | 125,00 |

* 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 ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5 – 11 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 | 130 | 24,6 | 16,9 | 31,9 | 385,2 | 224 | 30,00 |
| Чай с сахаром и лимоном | 185/15/7 | 0,3 | 0,1 | 15,2 | 62,0 | 431 | 5,00 |
| Итого за приём пищи: | 337 | 24,9 | 17,0 | 47,1 | 447,2 | | 35,00 |
| ОБЕД | | | | | | | |
| Суп-лапша домашняя | 200 | 5,5 | 7,1 | 11,7 | 131,1 | 106 | 17,00 |
| Суфле куриное с макаронами | 75/150 | 12,4 | 19,2 | 6,3 | 246,9 | 299 | 60,00 |
| 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 | | 3,00 |
| Итого за приём пищи: | 630 | 17,9 | 29,8 | 96,9 | 729,5 | | 90,00 |
| Всего за день: | 967 | 42,8 | 46,8 | 144,0 | 1176,7 | | 125,00 |

* 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» января 2023 года

МЕНЮ ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5 – 11 КЛАССОВ*

КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ

ЧЕТВЕРГ

№ ДНЯ - 04

ЗАВТРАК

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | МАССА ПОРЦИИ | ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА | | | ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ | № РЕЦЕПТУРЫ | ЦЕНА |
|---------------------------------|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------|-------------|---------------|
| | | БЕЛКИ | ЖИРЫ | УГЛЕВОДЫ | | | |
| Каша ячневая молочная | 210 | 5,9 | 10,9 | 30,3 | 242,3 | 182 | 18,00 |
| Чай с сахаром и лимоном | 185/15/7 | 0,3 | 0,1 | 15,2 | 62,0 | 431 | 5,00 |
| Бутерброд с джемом | 30 | 1,6 | 0,6 | 17,1 | 78,3 | 2 | 12,00 |
| Итого за приём пищи: | 447 | 7,8 | 11,6 | 62,6 | 382,6 | | 35,00 |
| ОБЕД | | | | | | | |
| Щи по-уральски (с крупой) | 200 | 4,8 | 7,4 | 5,8 | 112,1 | 87 | 15,00 |
| Плов из птицы | 170 | 20,2 | 15,5 | 31,3 | 345,8 | 311 | 60,00 |
| Компот из свежих плодов | 200 | 0,2 | 0,2 | 27,9 | 115,0 | 394 | 12,00 |
| Хлеб ржаной | 30 | 2,0 | 0,3 | 12,7 | 61,2 | | 3,00 |
| Итого за приём пищи: | 630 | 27,6 | 25,1 | 80,1 | 661,4 | | 90,00 |
| Всего за день: | 1077 | 35,4 | 36,7 | 142,7 | 1044,0 | | 125,00 |

* 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 ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5 – 11 КЛАССОВ*

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | МАССА ПОРЦИИ | ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА | | | ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ | № РЕЦЕПТУРЫ | ЦЕНА |
|---------------------------------------|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------|-------------|---------------|
| | | БЕЛКИ | ЖИРЫ | УГЛЕВОДЫ | | | |
| КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ | | | | | | | |
| ПЯТНИЦА | | | | | | | |
| № ДНЯ - 05 | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | |
| Каша овсяная «Геркулес» | 155 | 5,1 | 7,5 | 18,9 | 162,7 | 189 | 17,00 |
| Чай с сахаром | 185/15 | 0,2 | 0,1 | 15,0 | 60,0 | 430 | 5,00 |
| Бутерброд с маслом | 30 | 1,6 | 8,9 | 10,4 | 127,2 | 1 | 13,00 |
| Итого за приём пищи: | 385 | 6,9 | 16,5 | 44,3 | 349,9 | | 35,00 |
| ОБЕД | | | | | | | |
| Солянка домашняя со сметаной | 200 | 7,0 | 12,4 | 10,4 | 183,9 | 92 | 17,00 |
| Печень по-строгановски | 50/50 | 13,3 | 8,7 | 2,3 | 157,1 | 256 | 50,00 |
| Макаронные изделия отварные | 155 | 5,6 | 4,8 | 31,9 | 194,0 | 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 | | 3,00 |
| Итого за приём пищи: | 715 | 28,5 | 29,3 | 87,4 | 747,3 | | 90,00 |
| Всего за день: | 1100 | 35,4 | 45,8 | 131,7 | 1097,2 | | 125,00 |

* 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» января 2023 года

МЕНЮ ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5 – 11 КЛАССОВ*

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | МАССА ПОРЦИИ | ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА | | | ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ | № РЕЦЕПТУРЫ | ЦЕНА |
|---------------------------------------|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------|-------------|---------------|
| | | БЕЛКИ | ЖИРЫ | УГЛЕВОДЫ | | | |
| КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ | | СУББОТА | | | № ДНЯ - 06 | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | |
| Каша пшеничная молочная | 155 | 5,6 | 6,4 | 24,8 | 179,0 | 189 | 11,00 |
| Какао с молоком | 200 | 2,9 | 2,5 | 24,8 | 134,0 | 433 | 11,00 |
| Бутерброд с маслом | 30 | 1,6 | 8,9 | 10,4 | 127,2 | 1 | 13,00 |
| Итого за приём пищи: | 385 | 10,1 | 17,8 | 60,0 | 440,2 | | 35,00 |
| ОБЕД | | | | | | | |
| Суп из овощей | 200 | 4,7 | 7,4 | 9,0 | 122,5 | 95 | 15,00 |
| Сосиски отварные | 50 | 5,6 | 12,2 | 0,2 | 133,0 | 254 | 50,00 |
| Каша рисовая рассыпчатая | 150 | 3,6 | 4,6 | 37,7 | 206,0 | 323 | 12,00 |
| 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 | | 3,00 |
| Итого за приём пищи: | 630 | 16,5 | 24,6 | 91,3 | 653,7 | | 90,00 |
| Всего за день: | 1015 | 26,6 | 42,4 | 151,3 | 1093,9 | | 125,00 |

* 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 ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5 – 11 КЛАССОВ*

КАТЕГОРИЯ – БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ

ПОНЕДЕЛЬНИК

№ ДНЯ - 07

ЗАВТРАК

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | МАССА ПОРЦИИ | ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА | | | ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ | № РЕЦЕПТУРЫ | ЦЕНА |
|-----------------------------|--------------|------------------|-------------|-------------|-------------------------|-------------|--------------|
| | | БЕЛКИ | ЖИРЫ | УГЛЕВОДЫ | | | |
| Каша пшённая молочная | 210 | 6,4 | 11,3 | 31,7 | 254,0 | 182 | 16,00 |
| Чай с сахаром | 185/15 | 0,2 | 0,1 | 15,0 | 60,0 | 430 | 5,00 |
| Бутерброд с сыром | 30 | 3,6 | 3,3 | 10,3 | 85,5 | 3 | 14,00 |
| Итого за приём пищи: | 460 | 10,2 | 14,7 | 57,0 | 399,5 | | 35,00 |

ОБЕД

| | | | | | | | |
|-----------------------------|-------------|-------------|-------------|--------------|---------------|-----|---------------|
| Суп из овощей | 200 | 4,7 | 7,4 | 9,0 | 122,5 | 95 | 15,00 |
| Гуляш из отварного мяса | 50/50 | 12,1 | 31,9 | 5,6 | 357,3 | 259 | 52,00 |
| Макаронные изделия отварные | 155 | 5,6 | 4,8 | 31,9 | 194,0 | 209 | 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 | | 3,00 |
| Итого за приём пищи: | 710 | 25,3 | 48,1 | 92,3 | 904,6 | | 90,00 |
| Всего за день: | 1170 | 35,5 | 62,8 | 149,3 | 1304,1 | | 125,00 |

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

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