

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Первый Новоорский лицей»
(МАОУ Первый Новоорский лицей)

462813, Оренбургская область, Новоорский район, п. Новоорск, улица Мостовая, дом 10
тел., факс: 8 (35363) 7-09-53; E-mail: ou290003@yandex.ru
<https://lic-pervyj-novoorskij-novoorsk-r56.gosweb.gosuslugi.ru>
ИНН/КПП 5635007093/563501001 ОКПО 41851744

П Р И К А З

от 09 января 2024 года

№ 3-д

«О согласовании примерного меню для организованного питания обучающихся во второй половине 2023 – 2024 учебном году»

В соответствии со статьёй 37 «Организация питания обучающихся» Федерального Закона «Об образовании в Российской Федерации», СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения»

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Согласовать с 9 января 2024 года:
 - 1.1. Примерное меню для питания учащихся 7 – 11 лет МАОУ Первый Новоорский лицей на 2023 – 2024 учебный год, сезон: зима, Приложение 1 к данному приказу.
 - 1.2. Примерное меню для питания учащихся ОВЗ 7 – 11 лет / 12 лет и старше МАОУ Первый Новоорский лицей на 2023 – 2024 учебный год, сезон: зима, Приложение 2 к данному приказу.
 - 1.3. Примерное меню завтраков для питания учащихся 12 лет и старше МАОУ Первый Новоорский лицей на 2023 – 2024 учебный год, сезон: зима, Приложение 3 к данному приказу.
 - 1.4. Примерное меню обедов для питания учащихся 7 – 12 лет и старше МАОУ Первый Новоорский лицей на 2023 – 2024 учебный год, сезон: зима, Приложение 4 к данному приказу.
2. Организовать во второй половине 2023 – 2024 учебного года с 09 января 2024 года в лицее для обучающихся с 1 по 11 классы горячее питание на основании Примерного меню согласно приложениям 1, 2, 3, 4 к данному приказу.
3. Заместителю директор по воспитательной работе, программисту Гладких Андрею Николаевичу разместить приложения 1, 2, 3, 4 к данному приказу на официальном сайте лицея в сети Интернет в срок до 16 января 2024 года

4. Контроль за исполнением приказа возложить на заместителя директора по воспитательной работе, ответственного за организацию питания в столовой лица Гладких Андрея Николаевича.


С приказом ознакомлены:

Гладких Андрей Николаевич

09.01.2021



Руководитель организации директор
(должность)


(личная подпись)

Шкаровский И.В.
(расшифровка подписи)

Приложение № 1
к приказу № 3-д от 09.01.2024 г.
«О согласовании примерного меню для организованного питания обучающихся
во второй половине 2023 – 2024 учебном году»

**Примерное меню для питания учащихся 7 – 11 лет МАОУ Первый Новоорский лицей
на 2023 – 2024 учебный год, сезон: осень зима**

Согласовано:

Директор МАОУ "Первый Новоорский Лицей"
Шкаровский И.В.



Утверждаю:

Генеральный директор ООО "ИТД"
Никифорова С.Н.



Примерное меню для питания учащихся МАОУ "Первый Новоорский Лицей"

Приложение № 8 к СанПин 2.3/2.4.3590-20

Сборник рецептов блюда кулинарных изделий для предприятий общественного питания 2014 г.

Возрастная категория 7-11 лет

№ рецептуры ¹	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Стоимость руб
		г	г	г	г	Ккал	
Понедельник, 1 неделя, 1-ый день							
Завтрак							
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	15	3,50	4,40	0,00	53,70	12,90
54-9к	Каша вязкая молочная овсяная	200	8,6	11,3	34,3	272,8	13,22
Пром.	Фрукт (Расчет: мандарин) ²	140	1,1	0,3	10,5	49	20,00
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8	2,60
Пром.	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5	3,27
Пром.	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7	1,75
	Итого за Завтрак	625	18,5	16,7	81,7	550,5	53,74
	Итого за день	625	18,5	16,7	81,7	550,5	53,74
Вторник, 1 неделя, 2-ой день							
Завтрак							
54-28з	Свекла отварная дольками	60	0,9	0,1	5,2	25,2	2,50
54-11г	Картофельное пюре	150	3,1	5,3	19,8	139,4	25,80
54-25м	Курица тушеная с морковью	100	14,1	5,8	4,4	126,4	40,50
54-21гн	Какао с молоком	200	4,7	3,5	12,5	100,4	9,14
Пром.	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,3	58,6	1,82
Пром.	Хлеб ржаной	15	1	0,2	5	25,6	1,05
	Итого за Завтрак	550	25,7	15,1	59,2	475,6	80,81
	Итого за день	550	25,7	15,1	59,2	475,6	80,81
Среда, 1 неделя, 3 день							

		Завтрак					
54-20з	Ййцо	80	9,6	8,1	0,5	113,1	16,40
54-1о	Каша молочная Манная	150	4	4,3	19	130,7	20,87
Пром.	Фрукт (Расчет: яблоко) ²	120	0,5	0,5	11,8	53,3	25,00
54-4гн	Чай с сахаром и молоком	200	1,6	1,1	8,6	50,9	2,60
Пром.	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7	1,75
Пром.	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5	3,27
	Итого за Завтрак	620	20,8	14,7	70,4	496,2	69,89
	Итого за день	624	20,8	14,7	70,4	496,2	69,89

Четверг, 1 неделя, 4-ый день

		Завтрак					
54-21к	Каша вязкая молочная ячневая	200	7,2	9,3	34,1	249	18,08
54-1т	Запеканка из творога	75	14,8	5,3	10,8	150,6	20,00
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8	2,60
Пром.	Молоко стуженое	10	0,1	0	7,2	29	2,30
Пром.	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5	3,27
Пром.	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7	1,75
	Итого за Завтрак	555	27,4	15,3	89	603,6	48,00
	Итого за день	555	27,4	15,3	89	603,6	48,00

Пятница, 1 неделя, 5-ый день

		Завтрак					
54-10г	Картофель отварной в молоке	150	4,5	5,5	26,5	173,7	26,60
54-14р	Котлета рыбная любительская (минтай)	100	12,8	4,1	6,1	112,3	26,00
54-5соус	Соус молочный натуральный	20	0,7	1,5	1,9	23,8	2,30
54-23гн	Кофейный напиток с молоком	200	3,9	2,9	11,2	86	9,14
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3	2,18
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2	1,40
	Итого за Завтрак	520	25,5	14,4	67,2	500,3	67,62
	Итого за день	520	25,5	14,4	67,2	500,3	67,62

Понедельник, 2 неделя, 1-ый день

Завтрак							
54-6к	Каша вязкая молочная пшеничная	200	8,3	10,1	37,6	274,9	15,20
Пром.	Фрукт (Расчет: мандарин) ²	140	1,1	0,3	10,5	49	20,00
54-21гн	Какао с молоком	200	4,7	3,5	12,5	100,4	9,14
Пром.	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5	3,27
Пром.	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7	1,75
	Итого за Завтрак	610	19,2	14,6	91,1	572,5	49,36
	Итого за день	610	19,2	14,6	91,1	572,5	49,36
Вторник, 2 неделя, 2-ой день							
Завтрак							
54-3з	Овощи в нарезке (Расчет: помидор) ⁴	60	0,7	0,1	2,3	12,8	2,50
54-2г	Макароны отварные	150	5,3	4,9	32,8	196,8	13,50
54-25м	Курица тушеная с морковью	100	14,1	5,8	4,4	126,4	40,50
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0,1	6,6	27,9	5,50
Пром.	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5	3,27
Пром.	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7	1,75
	Итого за Завтрак	580	25,4	11,6	76,6	512,1	67,02
	Итого за день	580	25	12,9	73,2	508,4	67,02
Среда, 2 неделя, 3 день							
Завтрак							
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	15	3,50	4,40	0,00	53,70	12,90
54-20к	Каша жидкая молочная гречневая	200	7,1	5,8	26,7	187,3	15,67
Пром.	Фрукт (Расчет: яблоко) ²	120	0,5	0,5	11,8	53,3	20,00
54-23гн	Кофейный напиток с молоком	200	3,9	2,9	11,2	86	9,14
Пром.	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5	3,27
Пром.	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7	1,75
	Итого за Завтрак	605	20,1	14,3	80,2	528,5	62,73
	Итого за день	605	20,1	14,3	80,2	528,5	62,73
Четверг, 2 неделя, 4-ый день							

Завтрак							
54-20з	Яйцо	80	9,6	8,1	0,5	113,1	16,40
54-1о	Каша молочная Рисовая	200	5,3	5,4	28,7	184,5	16,73
Пром.	Фрукт (Расчет: мандарин) ²	100	0,8	0,2	7,5	35	17,60
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8	2,60
Пром.	Хлеб пшеничный	40	3	0,3	19,7	93,8	4,67
Пром.	Хлеб ржаной	15	1	0,2	5	25,6	2,11
	Итого за Завтрак	635	19,9	14,2	67,8	478,8	60,11
	Итого за день	635	19,9	14,2	67,8	478,8	60,11
Пятница, 2 неделя, 5-ый день							
Завтрак							
54-2з	Овощи в нарезке (Расчет: огурец) ⁴	60	0,5	0,1	1,5	8,5	15,00
54-10г	Картофель отварной в молоке	150	4,5	5,5	26,5	173,7	26,60
54-16м	Тефтели с рисом	60	8,7	8,8	4,9	133,1	30,00
54-5соус	Соус молочный натуральный	20	0,7	1,5	1,9	23,8	4,90
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0,1	6,6	27,9	5,50
Пром.	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7	1,75
Пром.	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5	3,29
	Итого за Завтрак	560	19,70	16,70	71,90	515,20	87,04
Итого за период		5864	221,8	148,9	751,7	5229,6	646,3
Средние показатели за период		586,4	22,18	14,89	75,17	522,96	64,63

Примечание:

№ рецептуры¹ - номера рецептур из перечня блюд;

Фрукт² - допускается выдача иных фруктов по сезону;

Овощи в нарезке, горошек зеленый, кукуруза сахарная⁴ - допускается выдача иных овощей;

Приложение № 2
к приказу № 3-д от 09.01.2024 г.
«О согласовании примерного меню для организованного питания обучающихся
во второй половине 2023 – 2024 учебном году»

**Примерное меню для питания учащихся ОВЗ 7 – 11 лет / 12 лет и старше
МАОУ Первый Новоорский лицей
на 2023 – 2024 учебный год, сезон: зима**

Согласовано:

Директор МАОУ "Первый Новоорский Лицей"
Шкаровский И.В.



Утверждаю:

Генеральный директор ООО "ИТД"
Никифорова С.Н.

Примерное меню для питания учащихся МАОУ "Первый Новоорский Лицей"

Приложение № 8 к СанПин 2.3/2.4.3590-20

Сборник рецептов блюда кулинарных изделий для предприятий общественного питания 2014 г.

Возрастная категория 7-11 лет/ 12 лет и старше ОВЗ

№ рецептуры ¹	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Стоимость руб
		г	г	г	г	Ккал	
Понедельник, 1 неделя, 1-ый день							
Завтрак							
54-1з	Сыр твердых сортов	15	3,50	4,40	0,00	53,70	12,90
54-9к	Каша вязкая молочная овсяная	200	8,6	11,3	34,3	272,8	13,22
Пром.	Фрукт (Расчет: мандарин) ²	140	1,1	0,3	10,5	49	20,00
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8	2,60
Пром.	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5	3,27
Пром.	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7	1,75
Пром.	Расстегай с повидлом	60	3,5	30	58	520	13,35
	Итого за Завтрак	685	22	46,7	139,7	1070,5	67,09
	Итого за день	685	22	46,7	139,7	1070,5	67,09
Вторник, 1 неделя, 2-ой день							
Завтрак							
54-28з	Свекла отварная дольками	60	0,9	0,1	5,2	25,2	2,50
54-11г	Картофельное пюре	150	3,1	5,3	19,8	139,4	25,80
54-25м	Курица тушеная с морковью	100	14,1	5,8	4,4	126,4	40,50
54-21гн	Какао с молоком	200	4,7	3,5	12,5	100,4	9,14
Пром.	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,3	58,6	1,82
Пром.	Хлеб ржаной	15	1	0,2	5	25,6	1,05
	Итого за Завтрак	550	25,7	15,1	59,2	475,6	80,81
	Итого за день	550	25,7	15,1	59,2	475,6	80,81

Среда, 1 неделя, 3 день							
Завтрак							
54-20з	Яйцо	80	9,6	8,1	0,5	113,1	16,40
54-1о	Каша молочная Манная	150	4	4,3	19	130,7	20,87
Пром.	Фрукт (Расчет: яблоко) ²	120	0,5	0,5	11,8	53,3	25,00
54-4гн	Чай с сахаром и молоком	200	1,6	1,1	8,6	50,9	2,60
Пром.	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7	1,75
Пром.	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5	3,27
Пром.	Конфеты	20	2,5	23	67	490	15,00
	Итого за Завтрак	640	23,3	37,7	137,4	986,2	84,89
	Итого за день	644	18,31	35,15	149,36	1190,93	84,89
Четверг, 1 неделя, 4-ый день							
Завтрак							
54-21к	Каша вязкая молочная ячневая	200	7,2	9,3	34,1	249	18,08
54-1т	Запеканка из творога	75	14,8	5,3	10,8	150,6	20,00
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8	2,60
Пром.	Молоко сгущенное	10	0,1	0	7,2	29	2,30
Пром.	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5	3,27
Пром.	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7	1,75
Пром.	Йогурт	100	2,6	1,2	15,4	85	30,00
	Итого за Завтрак	655	30	16,5	104,4	688,6	78
	Итого за день	655	27,2	12,1	94,8	599,1	78,00
Пятница, 1 неделя, 5-ый день							
Завтрак							
54-10г	Картофель отварной в молоке	150	4,5	5,5	26,5	173,7	26,60
54-14р	Котлета рыбная любительская (минтай)	100	12,8	4,1	6,1	112,3	26,00
54-5соус	Соус молочный натуральный	20	0,7	1,5	1,9	23,8	2,30
54-23гн	Кофейный напиток с молоком	200	3,9	2,9	11,2	86	9,14
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3	2,18
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2	1,40

Пром.	Ватрушка с творогом	60	3,5	30	58	520	15,00
	Итого за Завтрак	580	29	44,4	125,2	1020,3	82,62
	Итого за день	580	29	44,4	125,2	1020,3	82,62
Понедельник, 2 неделя, 1-ый день							
Завтрак							
54-6к	Каша вязкая молочная пшеничная	200	8,3	10,1	37,6	274,9	15,20
Пром.	Фрукт (Расчет: мандарин) ²	140	1,1	0,3	10,5	49	20,00
54-21гн	Какао с молоком	200	4,7	3,5	12,5	100,4	9,14
Пром.	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5	3,27
Пром.	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7	1,75
Пром.	Кекс	23,3	1	0,02	20,2	92	15,00
	Итого за Завтрак	633,3	20,2	14,62	111,3	664,5	64,36
	Итого за день	633,3	20,2	14,62	111,3	664,5	64,36
Вторник, 2 неделя, 2-ой день							
Завтрак							
54-3з	Овощи в нарезке (Расчет: помидор) ⁴	60	0,7	0,1	2,3	12,8	2,50
54-2г	Макароны отварные	150	5,3	4,9	32,8	196,8	13,50
54-25м	Курица тушеная с морковью	100	14,1	5,8	4,4	126,4	40,50
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0,1	6,6	27,9	5,50
Пром.	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5	3,27
Пром.	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7	1,75
Пром.	Батончик Суфле	35	2	21	561	1860	20,00
	Итого за Завтрак	615	27,4	32,6	637,6	2372,1	87,02
	Итого за день	615	27	33,9	634,2	2368,4	87,02
Среда, 2 неделя, 3 день							
Завтрак							
54-1з	Сыр твердых сортов	15	3,50	4,40	0,00	53,70	12,90
54-20к	Каша жидкая молочная гречневая	200	7,1	5,8	26,7	187,3	15,67
Пром.	Фрукт (Расчет: яблоко) ²	120	0,5	0,5	11,8	53,3	20,00

54-23гн	Кофейный напиток с молоком	200	3,9	2,9	11,2	86	9,14
Пром.	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5	3,27
Пром.	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7	1,75
Пром.	Расстегай с повидлом	60	3,5	30	58	520	13,35
	Итого за Завтрак	665	23,6	44,3	138,2	1048,5	76,08
	Итого за день	665	23,6	44,3	138,2	1048,5	76,08
Четверг, 2 неделя, 4-ый день							
Завтрак							
54-20з	Яйцо	80	9,6	8,1	0,5	113,1	16,40
54-1о	Каша молочная Рисовая	200	5,3	5,4	28,7	184,5	16,73
Пром.	Фрукт (Расчет: мандарин) ²	100	0,8	0,2	7,5	35	17,60
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8	2,60
Пром.	Хлеб пшеничный	40	3	0,3	19,7	93,8	4,67
Пром.	Хлеб ржаной	15	1	0,2	5	25,6	2,11
Пром.	Конфеты	20	2,5	23	67	490	15,00
	Итого за Завтрак	655	22,4	37,2	134,8	968,8	75,11
	Итого за день	684	21,82	36,13	162,67	1167,75	75,11
Пятница, 2 неделя, 5-ый день							
Завтрак							
54-2з	Овощи в нарезке (Расчет: огурец) ⁴	60	0,5	0,1	1,5	8,5	15,00
54-10г	Картофель отварной в молоке	150	4,5	5,5	26,5	173,7	26,60
54-16м	Тефтели с рисом	60	8,7	8,8	4,9	133,1	30,00
54-5соус	Соус молочный натуральный	20	0,7	1,5	1,9	23,8	4,90
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0,1	6,6	27,9	5,50
Пром.	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7	1,75
Пром.	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5	3,29
	Итого за Завтрак	560	19,7	16,7	71,9	515,2	87,04
Итого за период		6271,3	234,53	299,1	1686,53	10120,78	783,0
Средние показатели за период		627,13	23,453	29,91	168,653	1012,078	78,30

Примечание:

№ рецептуры¹ - номера рецептов из перечня блюд;

Фрукт² - допускается выдача иных фруктов по сезону;

Овощи в нарезке, горошек зеленый, кукуруза сахарная⁴ - допускается выдача иных овощей;

Приложение № 3
к приказу № 3-д от 09.01.2024 г.
«О согласовании примерного меню для организованного питания обучающихся
во второй половине 2023 – 2024 учебном году»

**Примерное меню завтраков для питания учащихся 12 лет и старше
МАОУ Первый Новоорский лицей на 2023 – 2024 учебный год, сезон: зима**

Согласовано:

Директор МАОУ "Первый Новоорский Лицей"
Шкаровский И.В.



Утверждаю:

Генеральный директор ООО "ИТД"
Никифорова С.Н.



Примерное меню для питания учащихся МАОУ "Первый Новоорский Лицей"

Приложение № 8 к СанПин 2.3/2.4.3590-20

Сборник рецептов блюда кулинарных изделий для предприятий общественного питания 2014 г.

Возрастная категория 12 лет и старше

№ рецептуры ¹	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Стоимость руб
		г	г	г	г	Ккал	
Понедельник, 1 неделя, 1-ый день							
Завтрак							
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	15	3,50	4,40	0,00	53,70	12,90
54-9к	Каша вязкая молочная овсяная	200	8,6	11,3	34,3	272,8	13,22
Пром.	Фрукт (Расчет: мандарин) ²	140	1,1	0,3	10,5	49	20,00
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8	2,60
Пром.	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5	3,27
Пром.	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7	1,75
	Итого за Завтрак	625	18,5	16,7	81,7	550,5	53,74
	Итого за день	625	18,5	16,7	81,7	550,5	53,74
Вторник, 1 неделя, 2-ой день							
Завтрак							
54-28з	Свекла отварная дольками	60	0,9	0,1	5,2	25,2	2,50
54-11г	Картофельное пюре	150	3,1	5,3	19,8	139,4	25,80
54-25м	Курица тушеная с морковью	100	14,1	5,8	4,4	126,4	40,50
54-21гн	Какао с молоком	200	4,7	3,5	12,5	100,4	9,14
Пром.	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,3	58,6	1,82
Пром.	Хлеб ржаной	15	1	0,2	5	25,6	1,05
	Итого за Завтрак	550	25,7	15,1	59,2	475,6	80,81
	Итого за день	550	25,7	15,1	59,2	475,6	80,81
Среда, 1 неделя, 3 день							

Завтрак							
54-20з	Яйцо	80	9,6	8,1	0,5	113,1	16,40
54-1о	Каша молочная Манная	150	4	4,3	19	130,7	20,87
Пром.	Фрукт (Расчет: яблоко) ²	120	0,5	0,5	11,8	53,3	25,00
54-4гн	Чай с сахаром и молоком	200	1,6	1,1	8,6	50,9	2,60
Пром.	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7	1,75
Пром.	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5	3,27
	Итого за Завтрак	620	20,8	14,7	70,4	496,2	69,89
	Итого за день	624	20,8	14,7	70,4	496,2	69,89
Четверг, 1 неделя, 4-ый день							
Завтрак							
54-21к	Каша вязкая молочная ячневая	200	7,2	9,3	34,1	249	18,08
54-1т	Запеканка из творога	75	14,8	5,3	10,8	150,6	20,00
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8	2,60
Пром.	Молоко сгущеное	10	0,1	0	7,2	29	2,30
Пром.	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5	3,27
Пром.	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7	1,75
	Итого за Завтрак	555	27,4	15,3	89	603,6	48,00
	Итого за день	555	27,4	15,3	89	603,6	48,00
Пятница, 1 неделя, 5-ый день							
Завтрак							
54-10г	Картофель отварной в молоке	150	4,5	5,5	26,5	173,7	26,60
54-14р	Котлета рыбная любительская (минтай)	100	12,8	4,1	6,1	112,3	26,00
54-5соус	Соус молочный натуральный	20	0,7	1,5	1,9	23,8	2,30
54-23гн	Кофейный напиток с молоком	200	3,9	2,9	11,2	86	9,14
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3	2,18
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2	1,40
	Итого за Завтрак	520	25,5	14,4	67,2	500,3	67,62
	Итого за день	520	25,5	14,4	67,2	500,3	67,62
Понедельник, 2 неделя, 1-ый день							

Завтрак							
54-6к	Каша вязкая молочная пшеничная	200	8,3	10,1	37,6	274,9	15,20
Пром.	Фрукт (Расчет: мандарин) ²	140	1,1	0,3	10,5	49	20,00
54-21гн	Какао с молоком	200	4,7	3,5	12,5	100,4	9,14
Пром.	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5	3,27
Пром.	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7	1,75
	Итого за Завтрак	610	19,2	14,6	91,1	572,5	49,36
	Итого за день	610	19,2	14,6	91,1	572,5	49,36
Вторник, 2 неделя, 2-ой день							
Завтрак							
54-3з	Овощи в нарезке (Расчет: помидор) ⁴	60	0,7	0,1	2,3	12,8	2,50
54-2г	Макароны отварные	150	5,3	4,9	32,8	196,8	13,50
54-25м	Курица тушеная с морковью	100	14,1	5,8	4,4	126,4	40,50
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0,1	6,6	27,9	5,50
Пром.	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5	3,27
Пром.	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7	1,75
	Итого за Завтрак	580	25,4	11,6	76,6	512,1	67,02
	Итого за день	580	25	12,9	73,2	508,4	67,02
Среда, 2 неделя, 3 день							
Завтрак							
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	15	3,50	4,40	0,00	53,70	12,90
54-20к	Каша жидкая молочная гречневая	200	7,1	5,8	26,7	187,3	15,67
Пром.	Фрукт (Расчет: яблоко) ²	120	0,5	0,5	11,8	53,3	20,00
54-23гн	Кофейный напиток с молоком	200	3,9	2,9	11,2	86	9,14
Пром.	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5	3,27
Пром.	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7	1,75
	Итого за Завтрак	605	20,1	14,3	80,2	528,5	62,73
	Итого за день	605	20,1	14,3	80,2	528,5	62,73
Четверг, 2 неделя, 4-ый день							

Завтрак							
54-20з	Яйцо	80	9,6	8,1	0,5	113,1	16,40
54-1о	Каша молочная Рисовая	200	5,3	5,4	28,7	184,5	16,73
Пром.	Фрукт (Расчет: мандарин) ²	100	0,8	0,2	7,5	35	17,60
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8	2,60
Пром.	Хлеб пшеничный	40	3	0,3	19,7	93,8	4,67
Пром.	Хлеб ржаной	15	1	0,2	5	25,6	2,11
	Итого за Завтрак	635	19,9	14,2	67,8	478,8	60,11
	Итого за день	635	19,9	14,2	67,8	478,8	60,11
Пятница, 2 неделя, 5-ый день							
Завтрак							
54-2з	Овощи в нарезке (Расчет: огурец) ⁴	60	0,5	0,1	1,5	8,5	15,00
54-10г	Картофель отварной в молоке	150	4,5	5,5	26,5	173,7	26,60
54-16м	Тефтели с рисом	60	8,7	8,8	4,9	133,1	30,00
54-5соус	Соус молочный натуральный	20	0,7	1,5	1,9	23,8	4,90
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0,1	6,6	27,9	5,50
Пром.	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7	1,75
Пром.	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5	3,29
	Итого за Завтрак	560	19,70	16,70	71,90	515,20	87,04
Итого за период		5864	221,8	148,9	751,7	5229,6	646,3
Средние показатели за период		586,4	22,18	14,89	75,17	522,96	64,63
Примечание:							
№ рецептуры ¹ - номера рецептур из перечня блюд;							
Фрукт ² - допускается выдача иных фруктов по сезону;							
Овощи в нарезке, горошек зеленый, кукуруза сахарная ⁴ - допускается выдача иных овощей;							

Приложение № 4
к приказу № 3-д от 09.01.2024 г.
«О согласовании примерного меню для организованного питания обучающихся
во второй половине 2023 – 2024 учебном году»

**Примерное меню обедов для питания учащихся 7 – 12 лет и старше МАОУ Первый
Новоорский лицей на 2023 – 2024 учебный год, сезон: зима**

Согласовано:

Директор МАОУ "Первый Новоорский Лицей"
Шкаровский И.В.



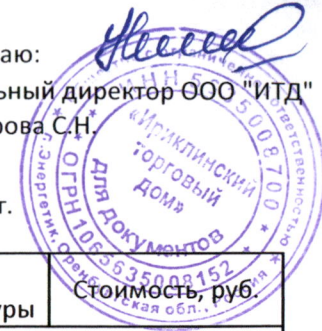
Примерное меню для питания учащихся МАОУ «Первый Новоорский Лицей»
Приложение № 8 к СанПин 2.3/2.4.3590-20

Сборник рецептов блюда кулинарных изделий для предприятий общественного питания 2014 г.

Возрастная категория 12 лет и старше

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "ИТД"
Никифорова С.Н.



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Стоимость, руб.
			Белки	Жиры	Углеводы			
	Неделя 1			День 1				
Обед	Борщ капуста, свекла, картофель	200	7,60	5,80	10,80	375,30	176	11,75
	Каша перловая	200	4,69	6,33	33,31	213,60	22	10,90
	Тефтели с рисом в соусе	140	14,88	10,80	14,56	216,80	108	30,00
	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00	502	2,60
	Хлеб пшеничный	30	3,04	0,32	19,68	94,00	108	2,15
	Хлеб Ржаной	30	7,56	2,11	4,52	221,00	1080	2,15
	Итого за Обед	800	37,87	25,36	97,87	1 180,70		59,55
	Итого за День	800	37,87	25,36	97,87	1 180,70		59,55
	Неделя 1			День 2				
Обед	Суп полевой	250	3,06	5,67	21,21	310,50	19	10,01
	Гуляш из грудки	90	14,73	2,00	0,40	344,50	498	40,50
	Пюре Гороховое	150	3,19	6,06	23,29	160,40	241	11,50
	Чай с сахаром	200	0,07	0,01	15,31	61,62	294	2,60
	Хлеб пшеничный	30	3,04	0,32	19,68	94,00	108	2,15
	Хлеб Ржаной	30	7,56	2,11	4,52	221,00	1080	2,15
	Итого за Обед	750	31,65	16,17	84,41	1 192,02		68,91
	Итого за День	750	31,65	16,17	84,41	1 192,02		68,91
	Неделя 1			День 3				
Обед	Суп гороховый	250	6,75	6,00	27,00	383,25	221	11,41
	Каша гречневая	150	1,33	5,11	8,53	146,06	498	11,50
	Котлеты рубленые из птицы (грудка)	90	1,33	5,11	8,53	246,06	498	30,00
	Соус красный основной	50	0,77	2,05	6,43	147,21	502	4,90
	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00	502	2,60
	Хлеб пшеничный	30	3,04	0,32	19,68	94,00	108	2,15
	Хлеб Ржаной	30	7,56	2,11	4,52	221,00	1080	2,15
	Итого за Обед	800	20,88	20,70	89,69	1 297,58		64,71
	Итого за День	800	20,88	20,70	89,69	1 297,58		64,71
	Неделя 1			День 3				
	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества			Энергетическая	№	Стоимость, руб.
			Белки	Жиры	Углеводы	ценность	рецептуры	

Прием пищи	наименование блюда	блюда	Белки	Жиры	Углеводы	ценность	рецептуры	Стоимость, руб.
Обед	Суп с макаронными изделиями	250	2,37	4,13	23,73	343,80	498	8,40
	Куры тушеные в соусе	90	2,64	3,62	14,82	358,60	481	40,50
	Рис припущенный	200	3,57	5,51	36,41	213,25	498	11,50
	Чай с сахаром	200	0,01	0,01	15,31	60,00	294	2,60
	Хлеб пшеничный	30	3,04	0,32	19,68	94,00	108	2,15
	Хлеб Ржаной	30	7,56	2,11	4,52	221,00	1080	2,15
	Итого за Обед	800	19,19	15,70	114,47	1 290,65		67,30
	Итого за День	800	19,19	15,70	114,47	1 290,65		67,30
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Стоимость, руб.
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя 1			День 5					
Обед	Борщ с капустой, фасоль	250	7,60	5,80	10,80	375,30	176	11,00
	Фрикадельки в соусе	90	1,85	5,15	13,44	180,30	394	28,30
	Макаронные изделия отварные	150	7,31	4,90	48,83	233,30	516	11,50
	Чай с сахаром	200	0,01	0,01	15,31	60,00	294	2,60
	Хлеб пшеничный	30	3,04	0,32	19,68	94,00	108	2,15
	Хлеб Ржаной	30	7,56	2,11	4,52	221,00	1080	2,15
	Итого за Обед	750	27,37	18,29	112,58	1 163,90		57,70
	Итого за День	750	27,37	18,29	112,58	1 163,90		57,70
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Стоимость, руб.
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя 2			День 1					
Обед	Суп полевой	250	3,06	5,67	21,21	310,50	19	9,92
	Макаронные изделия отварные	200	7,31	4,90	48,83	233,30	516	11,50
	Гуляш из грудки	50	14,73	2,00	0,40	344,50	498	28,26
	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00	502	2,60
	Хлеб пшеничный	30	3,04	0,32	19,68	94,00	108	2,15
	Хлеб Ржаной	30	7,56	2,11	4,52	221,00	1080	2,15
	Итого за Обед	800	35,8	15	109,64	1263,3		56,576
	Итого за День	800	35,80	15,00	109,64	1 263,30		56,58
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Стоимость, руб.
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя 2			День 2					
Обед	Борщ с фасолью	250	7,60	5,80	10,80	375,30	176	9,80
	Куры тушеные в соусе	100	2,64	3,62	14,82	358,60	481	40,50
	Каша Гречневая	150	1,33	5,11	8,53	146,06	498	11,50
	Чай с лимоном	200	0,07	0,01	15,31	61,62	516	2,60
	Хлеб пшеничный	30	3,04	0,32	19,68	94,00	108	2,15
	Хлеб Ржаной	30	7,56	2,11	4,52	221,00	1080	2,15

	Итого за Обед	800	22,24	16,97	73,66	1 256,58		68,70
	Итого за День	800	22,24	16,97	73,66	1 256,58		68,70
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Стоимость, руб.
			Белки	Жиры	Углеводы			
	Неделя 2			День 3				
Обед	Рассольник	250	2,81	5,42	20,83	331,50	176	19,95
	Запеканка картофельная с фаршем	240	21,20	19,80	26,20	460,50	577	53,05
	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00	502	2,60
	Хлеб пшеничный	30	3,04	0,32	19,68	94,00	108	2,15
	Хлеб Ржаной	30	7,56	2,11	4,52	221,00	1080	2,15
	Итого за Обед	800	34,71	27,65	86,23	1 167,00		79,90
	Итого за День	800	34,71	27,65	86,23	1 167,00		79,90
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Стоимость, руб.
			Белки	Жиры	Углеводы			
	Неделя 2			День 4				
Обед	Суп Гороховый	250	6,75	6,00	27,00	383,25	221	11,41
	Котлеты рубленые из птицы (грудка)	90	1,33	5,11	8,53	146,06	498	30,00
	Каша Гречневая	150	1,33	5,11	8,53	160,40	498	10,90
	Чай с лимоном	200	0,10	0,00	15,00	60,00	502	5,50
	Хлеб пшеничный	30	3,04	0,32	19,68	94,00	108	2,15
	Хлеб Ржаной	30	7,56	2,11	4,52	221,00	1080	2,15
	Соус красный основной	50	0,77	2,05	6,43	47,21	502	4,90
	Итого за Обед	800	20,88	20,7	89,69	1111,92		67,01
	Итого за День	800	20,88	20,70	89,69	1 111,92		67,01
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Стоимость, руб.
			Белки	Жиры	Углеводы			
	Неделя 2			День 5				
Обед	Борщ капуста, свекла, картофель	250	7,60	5,80	10,80	375,30	176	11,84
	Рыбные хлебцы (паровые)	90	10,47	9,33	6,93	295,00	149	20,80
	Рис припущенный	150	3,57	5,51	36,41	213,25	498	11,50
	Соус красный основной	50	0,77	2,05	6,43	47,21	502	4,90
	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00	502	2,60
	Хлеб пшеничный	30	3,04	0,32	19,68	94,00	108	2,15
	Хлеб Ржаной	30	7,56	2,11	4,52	221,00	1080	2,15
	Итого за Обед	800	33,11	25,12	99,77	1 305,76		55,94
	Итого за День	800,00	33,11	25,12	99,77	1 305,76		55,94
	Итого за период	7 900,00	283,69	201,66	958,01	12 229,41		646,30
	Среднее значение за период	790,00	28,37	20,17	95,80	1 222,94		64,63