

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
РОМАНОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА
Р.П. РОМАНОВКА РОМАНОВСКОГО РАЙОНА САРАТОВСКОЙ ОБЛАСТИ
ИМЕНИ ПОЛНОГО КАВАЛЕРА ОРДЕНОВ СЛАВЫ И.В.СЕРЕЩЕНКО**

Приказ № 290

от 30 августа 2022 года

**«Об организации питания
в МОУ Романовская СОШ
Романовского района
Саратовской области
имени И.В.Серещенко»**

В соответствии с Федеральным законом Российской Федерации от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Закона Саратовской области от 28 сентября 2005 года № 33 - СЗО «Об образовании» и в целях создания условия для рационального питания обучающихся в МОУ Романовская СОШ Романовского района Саратовской области имени И.В. Серещенко

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Для 1-11 классов организовать двух разовое горячее питание (завтраки) для обучающихся I-III уровней со 2 .09.2022г.;
2. Утвердить график питания школьников в столовой (приложение №1)
3. Классным руководителям организовать сопровождение детей в столовую.
4. Назначить ответственного за организацию питания Жабунину Ю.А.- социального педагога. Организовать питание детей, обеспечить 100 % охват горячим питанием обучающихся;
5. Ответственной за организацию питания, Жабуниной Ю.А., вести контроль за организацией питания, своевременно готовить списки обучающихся, нуждающихся в социальной поддержке, за счет компенсационных выплат (приложение № 2);
6. Утвердить 10-дневное меню питания школьников(приложение №3)
7. ответственной за организацию питания ,социальному педагогу Жабуниной Ю.А. фельдшеру Жарковой Л.В. контролировать соблюдение десятидневного и ежедневного меню с обязательным включением белковых, молочных продуктов, овощей, йодированной соли (постоянно);
8. Фельдшеру Жарковой Л.В. осуществлять контроль за проведением витаминизации и поливитаминизации рациона питания обучающихся;
9. Утвердить график ежедневного дежурства учителей в столовой(приложение №4):
10. Заместителю директора по АХЧ Баклан А.М., фельдшеру Жарковой Л.В. взять под контроль санитарное состояние пищеблоков и комплектование квалифицированными кадрами школьной столовой;
11. Заместителю директора по АХЧ Баклан А.М., обеспечить пищеблоки в необходимых количествах моющими и дезинфицирующими средствами, иметь трехмесячный запас моющих и дезинфицирующих средств;
12. ответственной за организацию питания Жабуниной Ю.А. ежемесячно проводить мониторинг организации питания до 12 числа каждого месяца, с последующим предоставлением информации в отдел образования согласно запрашиваемым формам;
13. контроль за исполнением данного приказа оставляю за собой.

Директор школы:



С.А.Семенова/

Приложение №1
к приказу №290 от 30.08.2022г.

График
питания школьников в столовой
МОУ Романовская СОШ Романовского района Саратовской области
имени И.В. Серещенко
в 2022-2023 учебном году

Завтрак

время	классы
9.10-9.20	1,9, АОП
10.00-10.10	2,10,11

Обед

время	классы
10.50-11.00	3-4
11.00-11.10	5
11.50-12.00	6
12.00-12.10	7
12.50-13.00	8,9
13.00-13.10	10,11

Полдник

Время	классы
14.00 - 14.10	2
14.10 - 14.20	3
14.20 - 14.30	4

Приложение 2
к приказу №290 от 30.08.2022г.

**Списки обучающихся МОУ Романовская средняя общеобразовательная школа
на питание за счёт компенсационных выплат
на сентябрь 2022год**

Меню МОУ Романовская СОШ Романовского района Саратовской области имени И.В. Серещенко
1-11 классы 10 дней 2022-2023 учебный год

День 1

№ реп	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	ВИТАМИНЫ				МИНЕРАЛЬНЫЕ ВЕЩЕСТВА				Стоимость
							В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак															
181	1/100	Каша жидкая молочная из манной крупы	3.01	2.02	16.7	97	0.02	0.18	16.3	0.1	64.32	54.8	8.53	0.13	5.93
376	1/200	Чай с сахаром	0.53		9.47	40		0.27			13.6	22.13	11.73	40	1.97
406	1/75	Пирожок	14.5	9.45	30.01	265		0.13			22.53		31.61	1.48	4.64
Итого:			18.04	11.47	56.18	402	0.02	0.58	16.3	0.1	100.45	76.93	51.87	41.61	12.54
Обед для 1-4 классов															
71	1/30	Огурец натуральный	0.24	0.03	0.75	4.23	0.01	3	0	0.03	6.9	12.6	4.2	0.18	2.63
228	1/250/10	Суп с макаронными изделиями с курицей	2.21	5.06	11.92	120.25	19.7	0.3	0.5	0.58	0.02	0.05	0.015	0.5	8.16
302	1/150	Каша гречневая рассыпчатая	8.9	4.1	39.84	231.86	0.2				14.6	210	140	5.01	5.75
279	1/30	Тефтели с рисом	6.93	7.47	11.07	139	0.05	1.6	23.33	0.4	32.13	163.67	21.8	3	10.42
350	1/180	Кисель витаминизированный	0.4		30	120	8.84	4.36	5.94	1.21		0.01	0.01	8.91	6.48
338	2/40	Хлеб	1.8		13	247	0.05				6.4	43.5	16.5	0.5	4.8
	1/100	Яблоко	0.4	0.4	9.8	47	0.03	10			278	11	9	2.2	
Итого:			20.88	17.06	116.38	909.34	28.88	19.26	29.77	2.22	338.05	440.83	191.525	20.3	38.24
Обед для 5-11 классов															
71	1/30	Огурец натуральный	0.24	0.03	0.75	4.23	0.01	3		0.03	6.9	12.6	4.2	0.18	2.63
228	1/250/10	Суп с макаронными изделиями с курицей	2.21	5.06	11.92	120.25	19.7	0.3	0.5	0.58	0.02	0.05	0.015	0.5	8.16
302	1/200	Каша гречневая рассыпчатая	11.86	5.47	53.12	309.15	0.27				19.47	280	186.67	6.68	6.02
279	2/30	Тефтели с рисом	13.86	14.94	22.14	278	0.1	3.2	46.66	0.8	64.26	327.34	43.6	6	5.42
350	1/180	Кисель витаминизированный	0.4		30	120	8.84	4.36	5.94	1.21		0.01	0.01	8.91	6.48
338	2/50	Хлеб	2.25		16.25	277	0.06				7.2	48.9	18.5	0.6	4.8
Итого:			30.82	25.5	134.18	1108.63	28.98	10.86	53.1	2.62	97.85	668.9	252.995	22.87	33.51
Полдник															
	1/60	Печенье	5.1	6.78	13.94	41.82	0.06		39	0.78	24.6	52.2	9	0.6	10.68
349	1/200	Компот из сухофруктов	1		18	118	14	4	4	1		0.02	0.1	68	5.4

Итого:			6.1	6.78	31.94	159.82	14.06	4	43	1.78	24.6	52.22	9.1	68.6	16.08
---------------	--	--	------------	-------------	--------------	---------------	--------------	----------	-----------	-------------	-------------	--------------	------------	-------------	--------------

День 2

№ реп	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	ВИТАМИНЫ				МИНЕРАЛЬНЫЕ ВЕЩЕСТВА				Стоимость
							В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак															
219	2/50	сырники	15.49	12.81	24.49	275.71	0.06	0.47	0.06		201	22.41	26.2		18
379	1/150	напиток кофейный с молоком	3.24	2.4	26.28	75.45	0.03	1.47			142.8	118.8	21.59	2.16	5.78
0	1/100	Яблоко	0.4	0.4	9.8	47	0.03	10	0	0	278	11	9	2.2	15
Итого:			19.13	15.61	60.57	398.16	0.12	11.94	0.06	0	621.8	152.21	56.79	4.36	38.78

Обед для 1-4 классов

52	1/50	салат из отварной свеклы	0.66	2.56	6.06	50.06	0.01	4.28		1.16	17.2	18.57	9.85	0.86	2.58
87	1/250/10	Щи из свежей капусты с картоф. м/б	4.6	1.95	15.63	127.08	0.205	12		12.85	18.51	47.87	8.76	4.81	10
259	1/150/30	Жаркое по домашнему	17.15	18.84	14.29	295.41	0.32	22.02		1.26	28.48	222.26	44.46	3.49	26.82
349	1/200	Компот из сухофруктов	1		18	118	14	4	4	1		0.02	0.1	68	5.4
338	2/40	хлеб	1.8		13	247	0.05				6.4	43.5	16.5	0.5	4.8
341	1/115	мандарин	0.8	0.2	22.5	98	0.06	38			36	17	11	0.1	22
Итого:			26.01	23.55	89.48	935.55	14.645	80.3	4	16.27	106.59	349.22	90.67	77.76	71.6

Обед для 5-11 классов

52	1/60	салат из отварной свеклы	0.79	3.07	7.27	60.07	0.012	5.14		1.39	20.64	22.28	11.82	1.03	2.62
87	1/250/10	Щи из свежей капусты с картоф.	4.6	1.95	15.63	127.8	0.205	12		12.85	18.51	47.87	8.76	4.81	10
259	1/230/40	Жаркое по домашнему	21.91	24.07	18.26	377.47	0.41	28.14		1.61	36.39	284	56.81	4.46	28.5
349	1/200	Компот из сухофруктов	1		18	118	14	4	4	1		0.02	0.1	68	5.4
338	2/50	хлеб	2.25		16.25	277	0.06				7.2	48.9	18.5	0.6	4.8
Итого:			30.55	29.09	75.41	960.34	14.687	49.28	4	16.85	82.74	403.07	95.99	78.9	51.32

Полдник

181	1/50	Булочка	3.73	6.59	30.44	197	0.01	6.8	0.04		7	20	8	0.15	4.64
378	1/150	Чай с молоком	1		18	138	14	4	4	1		0.02	0.1	68	4.97
Итого:			4.73	6.59	48.44	335	14.01	10.8	4.04	1	7	20.02	8.1	68.15	9.61

День 3

№ реп	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	ВИТАМИНЫ				МИНЕРАЛЬНЫЕ ВЕЩЕСТВА				Стоимость
							В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак															
171	1/100	Каша из пшеничной	5.48	1.44	31.07	158.75					15.18		87.18	2.96	15

		крупы													
279	1/80	Тефтель мясная паровая	6.93	7.47	11.07	139.2	0.05	1.6	23.33	0.4	32.13	163.67	21.8	3	20
382	1/100	Какао с молоком	3.78	0.67	26	125.11	0.02	1.33			133.13	111.11	25.56	2	4.85
338	2/50	хлеб	2.25		16.25	277	0.06				7.2	48.9	18.5	0.6	4.8
	125	йогурт 1,5% жирности	5.13	1.88	7.38	66.88	0.04	0.75	12.5		155	118.75	18.75	0.13	28.5
Итого:			23.57	11.46	91.77	766.94	0.17	2.93	23.33	0.4	342.64	442.43	171.79	8.69	73.15

Обед для 1-4 классов

73	1/30	Икра кабачковая	1.01	4.85	5.39	69.26	0.04	6.51		2.39	98.42	55.67	17.27	0.69	4
140	250/10/26	Суп картофельный с рыбной консервой	8.45	8.28	13.13	160.78	0.11	6.88	15	0.88	31.65	175.7	46.05	1.25	10.87
321	150	Капуста тушеная	23.38	21.25	44.61	451.25	56.38	59.38	249.13	2.74	60				21.15
256	30	мясо тушеное	23.38	21.25	44.61	451.25	56.38	59.38	249.13	2.74	60				3.96
377	1/200/7	Чай с лимоном	1		18	62	14	4	4	1		0.02	0.1	68	3.65
338	2/40	Хлеб	1.8		13	247	0.05				6.4	43.5	16.5	0.5	4.8
Итого:			59.02	55.63	138.74	1441.54	126.96	136.15	517.26	9.75	256.47	274.89	79.92	70.44	48.43

Обед для 5-11 классов

73	1/60	Икра кабачковая	2.02	9.7	10.78	138.56	0.08	13.02		4.78	196.84	111.34	34.54	1.38	8
140	1/250/26	суп картофельный с рыбной консервой	8.45	8.28	13.13	160.78	0.11	6.88	15	0.88	31.65	175.7	46.05	1.25	10.87
321	180	капуста тушеная	28.05	25.5	53.53	541.5	67.65	71.25	298.95	3.29	72				11.5
256	30	мясо тушеное	23.38	21.25	44.61	451.25	56.38	59.38	249.13	2.74	60				3.65
377	1/200/7	Чай с лимоном	1		18	62	14	4	4	1		0.02	0.1	68	3.65
338	2/50	хлеб	2.25		16.25	277	0.06				7.2	48.9	18.5	0.6	4.8
	1/100	банан	1.5	0.5	21	96	0.04	10			8	28	42	0.6	18
Итого:			66.65	65.23	177.3	1727.09	138.32	164.53	567.08	12.69	375.69	363.96	141.19	71.83	60.47

Полдник

	1/50	Вафли	9.73	6.59	3.44	197	9.12	6.16	39.94	0.49		0.06	0.5		10.05
379	1/150	Напиток кофейный с молоком	0.6		16.5	75.45	7	8	20	0.15	0.04	0.01	0.06	6.8	5.78
итого:			10.33	6.59	19.94	272.45	16.12	14.16	59.94	0.64	0.04	0.07	0.56	6.8	15.83

День 4

№ реп	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	ВИТАМИНЫ				МИНЕРАЛЬНЫЕ ВЕЩЕСТВА				Стоимость
							В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак															
403	1/100	Каша овсянная	6.1	4	36.96	208.24	0.22	2.08	3.2	0.86	221.6	315.4	79.6	21.1	5
376	1/200	чай с сахаром	0.53		9.47	40		0.27			13.6	22.13	11.73	2.13	1.97
406	1/75	Пирожок	14.5	9.45	30.01	265	0	0.13	0	0	22.53	0	31.61	1.48	4.64
Итого:			21.13	13.45	76.44	513.24	0.22	2.48	3.2	0.86	257.73	337.53	122.94	24.71	11.61

Обед для 1-4 классов

45	1/30	Салат из белокочанной	0.66	3.04	4.26	47.6	0.01	12.21		11.55	21.5	14.16	8	0.26	2.93
----	------	-----------------------	------	------	------	------	------	-------	--	-------	------	-------	---	------	------

		капусты													
119	1/250	суп картофельный с бобовыми (горох)	5.49	5.28	16.33	134.75	38.08	35.3	87.18	2.03	0.23			5.81	5
304	1/150	Рис отварной	3.87	0.053	20.66	139.8	3.8	14	102	0.53		0.04	0.6	0.01	4.08
270	1/50	котлета "Московская"	18.8	14.1	25.5	191	14.3	5.3	17.1	0.1	0.04	0.03	1.6	3.2	24.13
349	1/200	Компот из сухофруктов	1		18	118	14	4	4	1		0.02	0.1	68	5.4
338	2/40	хлеб	1.8		13	247	0.05				6.4	43.5	16.5	0.5	4.8
	1/115	мандарин													22
Итого:			31.62	22.473	97.75	878.15	70.24	70.81	210.28	15.21	28.17	57.75	26.8	77.78	68.34

Обед для 5-11 классов

45	1/60	Салат из белокочанной капусты	1.32	6.08	8.52	95.2	0.02	24.42		23.1	43	28.32	16	0.52	5.86
119	1/250	суп картофельный с бобовыми (горох)	5.49	5.28	16.33	134.75	38.08	35.3	87.18	2.03	0.23			5.81	5
304	1/200	Рис отварной	5.16	0.07	27.55	186.4	5.07	18.67	136	0.71		0.05	0.8	0.01	4.6
270	1/80	котлета "Московская"	25.07	18.8	34	254.67	19.07	7.07	22.8	0.133	0.05	0.04	2.13	4.27	25.03
349	1/200	Компот из сухофруктов	1		18	118	14	4	4	1		0.02	0.1	68	5.4
338	2/50	хлеб	2.25		16.25	277	0.06				7.2	48.9	18.5	0.6	4.9
Итого:			40.29	30.23	120.65	1066.02	76.3	89.46	249.98	26.973	50.48	77.33	37.53	79.21	50.79

Полдник

350	1/180	Кисель витаминизированный	0.4		30	120	8.84	4.36	5.94	1.21		0.01	0.01	8.91	6.48
	1/50	пряник	3.31	3.94	33.81	201	14.32	5.64	33.19	0.44	0.01	0.09	0.05	0.82	8.4
Итого:			3.71	3.94	63.81	321	23.16	10	39.13	1.65	0.01	0.1	0.06	9.73	14.88

День 5

№ реп	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	ВИТАМИНЫ				МИНЕРАЛЬНЫЕ ВЕЩЕСТВА				Стоимость
							В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	

Завтрак

302	1/150	Каша гречневая рассыпчатая	8.9	4.1	39.84	231.86	0.2				14.6	210	140	5.01	5.75
270	1/50	котлета "Московская"	18.8	14.1	25.5	191	14.3	5.3	17.1	0.1	0.04	0.03	1.6	3.2	24.13
382	1/150	Какао с молоком	3.78	0.67	26	125.11	0.02	1.33			133.13	111.11	25.56	2	7.65
338	2/50	хлеб	2.25		16.25	277	0.06				7.2	48.9	18.5	0.6	4.9
338	1/100	банан	1.13	0.39	15.75	70.8	0.03	7.5		0.3	6	21	31.5	0.45	18
Итого			34.86	19.26	123.34	895.77	14.61	14.13	17.1	0.4	160.97	391.04	217.16	11.26	60.43

Обед для 1-4 классов

20	1/30	помидор натуральный	0.94	6.15	34.7	72.96	0.05	15.65		3.04	16.37	30.02	16.18	0.7	1.35
82	1/250	Борщ с капустой и картофелем с мясом	1.45	3.93	100.2	103.75	35.5	21	42.58	0.95		0.04	0.08	8.23	7.82

		отварным													
292	150/30	Птица тушеная в соусе с овощами	17.25	12.86	4.35	202.05	0.045	0.15	33	0.5	47	124.5	19	11	22.56
389	1/150	Сок фруктовый натуральный	1	0.2	23.4	118	7.4	3.6	15.6	0.4				60	5.15
	1/100	Яблоко	0.4	0.4	9.8	47	0.03	10			278	11	9	2.2	15
338	2/40	хлеб	1.8		13	247	0.05				6.4	43.5	16.5	0.5	4.8
Итого:			22.84	23.54	185.45	790.76	43.075	50.4	91.18	4.89	347.77	209.06	60.76	82.63	56.68

Обед для 5-11 классов

20	1/30	помидор натуральный	0.94	6.15	34.7	72.96	0.05	15.65		3.04	16.37	30.02	16.18	0.7	1.35
82	1/250/10	Борщ с капустой и картофелем с мясом отварным	1.45	3.93	100.2	82	35.5	21	42.58	0.95		0.04	0.08	8.23	7.82
292	200/40	Птица тушеная в соусе с овощами	23	17.15	5.81	269.53	0.06	0.2	44	0.67	62.67	166	25.33	14.67	25
389	1/200	Сок фруктовый натуральный	1.33	0.27	31.2	157.33	9.87	4.8	20.8	0.53				80	6.85
338	2/50	Хлеб	2.25		16.25	277	0.06				7.2	48.9	18.5	0.6	4.9
Итого:			28.97	27.5	188.16	858.82	45.54	41.65	107.38	5.19	86.24	244.96	60.09	104.2	45.92

Полдник

	1/60	Печенье	3.31	3.94	33.81	201	14.32	5.64	33.19	0.44	0.01	0.09	0.05	0.82	8.4
349	1/150	Компот из сухофруктов	0.6		16.5	111	7	8	20	0.15	0.04	0.01	0.06	6.8	3.13
Итого:			3.91	3.94	50.31	312	21.32	13.64	53.19	0.59	0.05	0.1	0.11	7.62	11.53

День 6

№ рец	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	ВИТАМИНЫ				МИНЕРАЛЬНЫЕ ВЕЩЕСТВА				Стоимость
							В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак															
204	1/100/10	Отварные макароны с сыром	4.87	7.2	15	151.03	0.04		2.45	1.05	94	67.25	7.2	0.5	10.18
379	1/150	Напиток кофейный с молоком	0.6	5	16.5	108	7	8	20	0.15	0.04	0.01	0.06	6.8	5.78
	1/50	Круасан	3.73	6.59	30.44	375	9.12	6.16	34.94	0.49		0.6	0.5		4.64
Итого:			9.2	18.79	61.94	634.03	16.16	14.16	57.39	1.69	94.04	67.86	7.76	7.3	20.6

Обед для 1-4 классов

45	1/30	Салат из белокочанной капусты	0.66	3.04	4.26	47.6	0.01	12.21		11.55	21.5	14.16	8	0.26	2.93
96	1/250	Рассольник ленинградский	2.64	5.44	18.08	90.64	18.8	9.84		1.04		0.08		6.64	11.27
244	1/150/30	Плов из говядины	20.4	19.1	32.5	396		0.34			28.92		42.46	2.86	20.5
377	1/200/7	Чай с лимоном	1		18	62	14	4	4	1		0.02	0.1	68	3.65

338	2/40	Хлеб	1.8		13	247	0.05				6.4	43.5	16.5	0.5	4.8
Итого:			26.5	27.58	85.84	843.24	32.86	26.39	4	13.59	56.82	57.76	67.06	78.26	43.15
Обед для 5-11 классов															
45	1/60	Салат из белокочанной капусты	1.32	6.08	8.52	95.2	0.02	24.42	20.4	23.1	43	28.32	16	0.52	27.2
96	1/250/10	Рассольник ленинградский	2.64	5.44	18.08	90.64	18.8	9.84		0.04		0.08		6.64	11.27
244	1/200/40	Плов из говядины	27.2	25.46	43.33	528		0.45			38.56		56.6	3.81	20.5
377	1/200/7	Чай с лимоном	1		18	62	14	4	4	1		0.02	0.1	68	3.65
338	2/50	Хлеб	2.25		16.25	277	0.06				7.2	48.9	18.5	0.6	4.9
Итого:			34.41	36.98	104.18	1052.84	32.88	38.71	24.4	24.14	88.76	77.32	91.2	79.57	67.52
Полдник															
181	1/50	Булочка	3.73	6.59	30.44	197	0.01	6.8	0.04		7	20	8	0.15	4.64
350	1/180	Кисель витаминизированный	0.4		30	120	8.84	4.36	5.94	1.21		0.01	0.01	8.91	6.48
Итого:			4.13	6.59	60.44	317	8.85	11.16	5.98	1.21	7	20.01	8.01	9.06	11.12

День 7

№ реп	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	ВИТАМИНЫ				МИНЕРАЛЬНЫЕ ВЕЩЕСТВА				Стоимость
							В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак															
173	1/100	Каша вязкая молочная из риса	1.9	4.3	11.6	92	0.2	1	36	0.2	46.2	64	13.3	0.7	5.9
376	1/200	Чай с сахаром	0.53		9.47	40		0.27			13.6	22.13	11.73	40	1.97
0	125	йогурт 1,5% жирности	5.13	1.88	7.38	66.88	0.04	0.75	12.5	0	155	118.75	18.75	0.13	28.5
Итого:			7.56	6.18	28.45	198.88	0.24	2.02	48.5	0.2	214.8	204.88	43.78	40.83	36.37
Обед для 1-4 классов															
71	1/30	Огурец натуральный	0.24	0.03	0.75	4.23	0.01	3	0.06	0.03	6.9	12.6	4.2	0.18	2.63
99	1/250	Суп с овощами	9.27	8.64	14.6	173.96	55.91	43.79		2.2				7	7.21
125	1/150	Картофель отварной	4.44	4.8	27.46	151.53	0.95	4.53	80.67	3		0.013		0.8	9.45
234	1/60	Котлета рыбная	11.5	8.8	12	102	46	12.3	1.6	0.4	0.01	0.02		0.5	8.1
349	1/180	Компот из сухофруктов	1		18	111	14	4	4	1		0.02	0.1	68	5.4
338	2/40	Хлеб	1.8		13	247	0.05				6.4	33.5	16.5	0.5	4.8
Итого:			28.25	22.27	85.81	789.72	116.92	67.62	86.33	6.63	13.31	46.153	20.8	76.98	37.59
Обед для 5-11 классов															
71	1/30	Огурец натуральный	0.24	0.03	0.75	4.23	0.01	3		0.03	6.9	12.6	4.2	0.18	2.63
99	1/250/10	Суп с овощами	9.27	8.64	14.6	173.96	55.91	43.79		2.2				7	7.21
125	1/200	Картофель отварной	5.92	6.4	36.63	202.04	1.27	6.04	107.56	8	0.017			1.07	9.45
234	1/80	Котлета рыбная	15.33	11.73	1.6	136	61.33	16.4	2.13	0.53	0.013	0.026		0.67	8.1
349	1/200	Компот из сухофруктов	1		1.8	118	14	4	4	1		0.02	0.1	68	5.4

338	2/50	Хлеб	2.25		16.25	277	0.06				7.2	48.9	18.5	0.6	4.8
Итого:			34.01	26.8	71.63	911.23	132.58	73.23	113.69	11.76	14.13	61.546	22.8	77.52	37.59
Полдник															
	1/60	Печенье	3.31	3.94	33.81	201	14.32	5.64	33.19	0.44	0.01	0.09	0.05	0.82	8.4
388	1/150	Кофейный напиток	0.4		30	120	8.84	4.36	5.94	1.21		0.01	0.01	8.91	5.4
Итого:			3.71	3.94	63.81	321	23.16	10	39.13	1.65	0.01	0.1	0.06	9.73	13.8

День 8

№ реп	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	ВИТАМИНЫ				МИНЕРАЛЬНЫЕ ВЕЩЕСТВА				Стоимость
							В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак															
403	1/200	Каша вязкая на молоке из хлопьев овсянных	6.1	4	36.96	208.24	0.22	2.08	32	0.86	221.6	315.4	79.6	2.1	5
278	1/60	Тефтели с рисом	13.86	14.94	22.14	278	0.1	3.2	46.66	0.8	64.26	327.34	43.6	6	10.42
382	1/150	какао	0.1		26.7	101	0.13	1.33			133.33	111.11	25.56	2	2.48
338	2/50	Хлеб	2.25		16.25	277	0.06				7.2	48.9	18.5	0.6	4.8
	1/50	Круасан	3.73	6.59	30.44	375	9.12	6.16	34.94	0.49	0	0.6	0.5	0	4.64
Итого:			26.04	18.94	102.05	864.24	0.51	6.61	78.66	1.66	426.39	802.75	167.26	10.7	22.7
Обед для 1-4 классов															
52	1/50	Салат из отварной свеклы	1	2.51	4.49	46.96	16.76	11	25.18	0.79		0.03		5.88	2.58
119	1/250	Суп картофельный с бобовыми (с фасолью)	5.49	5.28	16.33	134.75	38.08	35.3	87.18	2.03	0.23			5.81	9.41
302	1/150	Каша гречневая рассыпчатая	8.9	4.1	39.84	231.86	0.2				14.6	210	140	5.01	5.75
278	2/30	Тефтели с рисом	6.93	7.47	11.07	139	0.05	1.6	23.33	0.4	32.13	163.67	21.8	3	10.42
349	1/200	Компот из сухофруктов	0.6		16.5	118	7	8	20	0.15	0.04	0.01	0.06	6.8	4.17
338	2/40	Хлеб	1.8		13	247	0.05				6.4	43.5	16.5	0.45	4.8
Итого:			24.72	19.36	101.23	917.57	62.14	55.9	155.69	3.37	53.4	417.21	178.36	26.95	37.13
Обед для 5-11 классов															
52	1/60	Салат из отварной свеклы	0.79	3.07	7.27	60.07	0.012	5.14		1.39	20.64	22.28	11.82	1.03	2.58
119	1/250	Суп картофельный с бобовыми (с фасолью)	5.49	5.28	16.33	134.75	38.08	35.3	87.18	2.03	0.23	3		5.81	9.41
302	1/200	Каша гречневая рассыпчатая	17.8	8.2	79.68	463.72	0.4				29.2	420	280	10.02	5.75
278	1/60	Тефтели с рисом	13.86	14.94	22.14	278	0.1	3.2	46.66	0.8	64.26	327.34	43.6	6	10.42
349	1/200	Компот из сухофруктов	0.6		16.5	118	7	8	20	0.15	0.04	0.01	0.06	6.8	4.17

338	2/50	Хлеб	2.25		16.25	277	0.06				7.2	48.9	18.5	0.6	4.8
Итого:			40.79	31.49	78.49	1331.54	45.652	51.64	153.84	4.37	121.57	821.53	353.98	30.26	37.13

Полдник

181	1/50	Печенье	3.73	6.59	30.44	197	0.01	6.8	0.04		7	20	8	0.15	4.57
379	1/150	Чай с сахаром	3.24	2.4	26.28	40	0.03	1.47			142.8	118.8	21.59	2.16	5.78
Итого:			6.97	8.99	56.72	237	0.04	8.27	0.04	0	149.8	138.8	29.59	2.31	10.35

День 9

№ реп	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	ВИТАМИНЫ				МИНЕРАЛЬНЫЕ ВЕЩЕСТВА				Стоимость
							В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	

Завтрак

181	1/100	Каша жидкая молочная из манной крупы	3.01	2.02	16.7	97	0.02	0.18	16.3	0.1	64.32	54.8	8.53	0.13	5.93
376	1/200	Чай с сахаром	0.53		9.47	40		0.27			13.6	22.13	11.73	40	1.97
338	1/150	груша	0.3	0.23	7.35	34.13	0.02	3.75		0.3	14.25	12	9	1.73	37
Итого:			3.84	2.25	33.52	171.13	0.04	4.2	16.3	0.4	92.17	88.93	29.26	41.86	44.9

Обед для 1-4 классов

45	1/30	Салат из белокочанной капусты	0.66	3.04	4.26	47.6	0.01	12.21		11.55	21.5	14.16	8	0.26	2.93
101	1/250	Суп картофельный с пшеничной крупой	1.74	2.27	11.43	73.2	19.2	21.32	54.16	0.77		0.09		6.6	7.73
302	1/100	Макароны отварные	5.1	7.5	28.5	201.9	0.06			1.95	12	34.5	7.5	1.52	4.28
268	1/60	Котлета рубленая из птицы	9.47	21.76	7.56	142.29	0.05	0.14	12	0.22	26.4	57.6	15.6	1.32	21.8
350	1/180	Кисель витаминизированный	0.4		30	120	8.84	4.36	5.94	1.21		0.01	0.01	8.91	6.48
338	2/40	Хлеб	1.8		13	247	0.05				6.4	43.5	16.5	1.65	4.8
Итого:			19.17	34.57	94.75	831.99	28.21	38.03	72.1	15.7	66.3	149.86	47.61	20.26	48.02

Обед для 5-11 классов

45	1/60	Салат из белокочанной капусты	1.32	6.08	8.52	95.2	0.02	24.42	20.4	23.1	43	28.32	16	0.52	27.2
101	1/250	Суп картофельный с пшеничной крупой	1.74	2.27	11.43	72.2	19.2	21.32	54.16	0.77		0.09		6.6	7.73
302	1/150	Макароны отварные	6.8	10	38	135.7	0.08			2.6	1.6	46	10	2.03	4.28
268	1/80	Котлета рубленая из птицы	23.56	29.01	10.08	189.72	0.21	0.19	16	0.29	35.2	76.8	20.8	1.76	28
350	1/180	Кисель витаминизированный	0.4		30	120	8.84	4.36	5.94	1.21		0.01	0.01	8.91	6.48
338	2/50	Хлеб	2.25		16.25	277	0.06				7.2	48.9	18.5	0.6	4.8
Итого:			36.07	47.36	114.28	889.82	28.41	50.29	96.5	27.97	87	200.12	65.31	20.42	78.49

Полдник

	1/50	Вафли	9.73	6.59	3.44	197		9.12	6.16	39.94	0.49		0.06	0.5		10.5
--	------	-------	------	------	------	-----	--	------	------	-------	------	--	------	-----	--	------

377	1/150/7	Чай с лимоном	1		18	128	14	4	4	1		0.02	0.1	68	2.74
Итого:			10.73	6.59	21.44	325	23.12	10.16	43.94	1.49	0	0.08	0.6	68	13.24

День 10

№ реп	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	ВИТАМИНЫ				МИНЕРАЛЬНЫЕ ВЕЩЕСТВА				Стоимость
							В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак															
125	1/200	Картофель отварной	5.92	6.4	36.63	202.04	1.27	6.04	107.56	8	0.017			1.07	18
268	1/80	Котлета рубленая из птицы	23.56	29.01	10.08	189.72	0.21	0.19	16	0.29	35.2	76.8	20.8	1.76	28
382	1/100	Какао с молоком	3.78	0.67	26	125.11	0.02	1.33			133.33	111.11	25.56	2	4.85
338	2/50	Хлеб	2.25		16.25	277	0.06				7.2	48.9	18.5	0.6	4.8
Итого:			35.51	36.08	88.96	793.87	1.56	7.56	123.56	8.29	175.747	236.81	64.86	5.43	55.65
Обед для 1-4 классов															
73	1/30	Икра кабачковая	1.01	4.85	5.39	69.26	0.04	6.51		2.39	98.42	55.67	17.27	0.69	4.65
87	1/250/10	Щи из свежей капусты с картоф. на кур.бульоне	4.6	1.95	15.63	127.08	0.205	12		12.85	18.51	47.87	8.76	4.81	10
291	1/150/30	Плов из птицы	12.7	7.85	26.8	229	0.2	12		1.28	17.05	76.6	31.08	1.18	19.36
389	1/150	Сок фруктовый натуральный	0.4	0.2	19	118	7.4	3.6	15.6	0.4				160	5.15
338	2/40	Хлеб	1.8		13	247	0.05				6.4	43.5	16.5	0.45	4.8
	1/100	Груша	0.4	0.3	10.3	47	0.02	5			19	16	12	2.3	30
Итого:			20.91	15.15	90.12	837.34	7.915	39.11	15.6	16.92	159.38	239.64	85.61	169.43	73.96
Обед для 5-11 классов															
73	1/60	Икра кабачковая	1.01	4.85	5.39	69.26	0.04	6.51		2.39	98.42	55.67	17.27	0.69	4.65
87	1/250/10	Щи из свежей капусты с картоф. на кур.бульоне	4.6	1.95	15.69	127.08	0.205	0.2		12.85	18.51	47.87	8.76	4.81	10
291	1/200/40	Плов из птицы	16.9	10.46	27.73	305.33	0.27	16		1.71	22.73	102.13	41.44	1.57	19.36
389	1/200	Сок фруктовый натуральный	1.33	0.27	31.2	157.33	9.87	4.8	20.8	0.53				80	5.15
338	2/50	Хлеб	2.25		16.25	277	0.06				7.2	48.9	18.5	0.6	4.8
Итого:			26.09	17.53	96.26	936	10.445	27.51	20.8	17.48	146.86	254.57	85.97	87.67	43.96
Полдник															
181	1/50	Булочка	3.73	6.59	30.44	197	0.01	6.8	0.04		7	20	8	0.15	4.64
349	1/200	Компот из сухофруктов	0.6		16.5	118	7	8	20	0.15	0.04	0.01	0.06	6.8	5.4
Итого:			4.33	6.59	46.94	315	7.01	14.8	20.04	0.15	7.04	20.01	8.06	6.95	10.04

ГРАФИК ДЕЖУРСТВА УЧИТЕЛЕЙ В СТОЛОВОЙ

на 2022-2023 учебный год

№ входа	День недели	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Вход №1	Ф.И.О. дежурного	Калашникова О.Н.	Жаркова М.Е.	Дружина М.С.	Зверев А.В.	Ганькина О.А.
Вход №2	Ф.И.О. дежурного	Спицын Д.В.	Дружина М.В.	Суздаленко Н.Л.	Непряхин С.В.	Пятибратова М.А.