

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Ашапская средняя общеобразовательная школа»
(МБОУ «Ашапская СОШ»)**

П Р И К А З

с.Ашап

«01» сентября 2026г.

№ 418

**Об организации горячего питания обучающихся МБОУ «Ашапская СОШ»
на 2026–2027 учебный год**

В соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 02.06.2026 № 17 «Об утверждении СП 2.3.6.4281-26 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения"», постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 02.06.2026 № 19 «Об утверждении СП 2.4.2.4283-26 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи"» в целях сохранения и укрепления здоровья обучающихся,

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Организовать в 2026–2027 учебном году для обучающихся 1–11-х классов в дни учебного процесса двухразовое горячее питание.
2. Утвердить стоимость одного двухразового питания обучающихся за счёт родительской платы из расчёта 125 руб. 03 коп. на одного человека в день.
3. Утвердить:
 - двухнедельное основное (организованное) меню для обучающихся 7–11 лет и 12–18 лет (приложения 1, 2);
 - график питания обучающихся 1–11 классов (приложение 3).
4. Ответственному за организацию питания — документоведу Т.И. Зотовой:
 - ежеквартально готовить и предоставлять директору МБОУ «Ашапская СОШ» статистическую информацию о получении горячего питания обучающимися по возрастным категориям на основании табелей учёта, предоставляемых классными руководителями;
 - ежедневно осуществлять контроль в системе АВВА - с.Школа за классными руководителями.
5. Классным руководителям 1–11-х классов: проводить разъяснительные беседы с обучающимися, их родителями (законными представителями) о навыках и культуре здорового питания;
 - ежедневно предоставлять на пищеблок заявку с количеством обучающихся, которым требуется горячее питание на следующий учебный день;
 - вести ежедневный табель учёта приёмов горячей пищи обучающимися в системе АВВА-с.Школа;
 - контролировать наличие денежных средств на лицевом счёте обучающихся;
 - не допускать задолженности по питанию обучающихся.

6. Учителям-предметникам, ведущим урок в классе перед переменой, установленной для приёма горячей пищи обучающимися: организованно сопроводить обучающихся в столовую по окончании урока, проследить за соблюдением обучающимися правил личной гигиены, осуществлять контроль при приёме пищи обучающимися.

7. Контроль за исполнением данного приказа оставляю за собой.

Директор школы *Кам* Д.А. Канисева

С приказом ознакомлен:

1 урок: 9.00 – 9.40
Перемена 10 минут
2 урок: 9.50 – 10.30
Перемена 20 минут, питание 1-2 классы
3 урок: 10.50 – 11.30
Перемена 20 минут, питание 5-7 классы
4 урок: 11.50 – 12.30
Перемена 20 минут, питание 8-11 классы
5 урок: 12.50 – 13.30
Перемена 10 минут
6 урок: 13.40 – 14.20
Перемена 10 минут
7 урок: 14.30 – 15.10

Зотова Зотова Т.И.
Куляшова Куляшова Т.К.
Лобовикова Лобовикова С.Н.
Кожина Кожина Н.И.
Сафина Сафина Е.В.
Нанькова Нанькова Н.В.
Комарова Комарова А.И.
Созин Созин М.В.
Журавлёва Журавлёва Л.С.
Винокуров Винокуров А.Н.
Орлов Орлов Е.Д.
Зотова Зотова И.А.
Канисева Канисева Е.А.
Нестерович Нестерович Н.Е.

Обеспечение горячим питанием:

количество обучающихся по классам, в том числе, по полу

№	Класс	Кол-во человек	
« 01 » 09 2026г.		23	2
1	1	17	
2	2	19	2
3	3	21	1
4	4	17	
5	5-а	16	1
6	5-б	19	1
7	6	16	2
8	7-а	17	1
9	7-б	12	
10	8	28	2
11	9	13	
12	10	13	
13	11		
Всего:		231	12

ГРАФИК
питания обучающихся в столовой МБОУ «Ашапская СОШ»

на 2026-2027 учебный год

1 урок: 9.00 – 9.40

Перемена 10 минут

2 урок: 9.50 – 10.30

Перемена 20 минут, питание 1 -2 классы

3 урок: 10.50 – 11.30

Перемена 20 минут, питание 5 -7 классы

4 урок: 11.50 – 12.30

Перемена 20 минут, питание 8 -11 классы

5 урок: 12.50 – 13.30

Перемена 10 минут

6 урок: 13.40 – 14.20

Перемена 10 минут

7 урок: 14.30 – 15.10

Обеспечение горячим питанием:

количество обучающихся по классам, в том числе, обучающихся с ОВЗ

№	Класс	Кол-во человек	Из них ОВЗ
1	1	23	2
2	2	17	
3	3	19	2
4	4	21	1
5	5-а	17	
6	5-б	16	1
7	6	19	1
8	7-а	16	2
9	7-б	17	1
10	8	12	
11	9	28	2
12	10	13	
13	11	13	
Всего:		231	12

5. Классным руководителям 1–11-х классов: проводить разъяснительные беседы с обучающимися, их родителями (законными представителями) о навыках и культуре здорового питания;

- ежедневно представлять на пищеблок заявку с количеством обучающихся, которым требуется горячее питание на следующий учебный день;

- вести ежедневный табель учёта приёмов горячей пищи обучающимися в системе АБВА-е.Школа;

- контролировать наличие денежных средств на лицевом счёте обучающихся;

- не допускать задолженности по питанию обучающихся.

Принято к
исполнению от 01.09.2026 г. 418

УТВЕРЖДАЮ:

ИП Подшивалова Л.П.

Подшивалова /Л.П. Подшивалова/

"01" сентября 2026 г.



СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ "Ашапская СОШ"

Канисева /Канисева Д.А./

"01" сентября 2026 г.



Примерное 10-дневное меню

для школьников 7-11 лет

(осенне-зимний период)

МБОУ "Ашапская СОШ"

Единый сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для детских садов, школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации, лечебно-профилактических учреждений, 2018 год, 2013год, 2021 год.

Обед 7-11 лет

День 1															
N рец.	Наименование блюда	Выход	Цена	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины				Минеральные вещества, мг			
				Белки	Жиры	Углев.		В1, мг	В2, мг	С, мг	А, мкг	Ca	Р	Mg	Fe
Обед															
129/2021	СУП КАРТОФЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200		2,32	3,32	9,76	78,20	0,05	0,05	3,04	1,70	12,80	37,40	13,60	0,65
367/2018	ПТИЦА В СОУСЕ С ТОМАТОМ	100		7,50	11,97	3,67	121,00	0,10	0,14	67,65	4,71	48,41	149,97	21,15	1,38
385/2021	РИС ОТВАРНОЙ	150		3,77	5,43	38,89	219,52	0,03	0,03	0,00	27,03	17,27	83,78	27,18	0,10
495/2021	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200		0,60	0,10	20,10	84,00	0,01	0,01	0,20	0,00	20,10	19,20	14,40	0,69
108/2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	31		4,56	0,48	29,52	141,00	0,07	0,02	0,00	0,00	12,00	39,00	8,40	0,66
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31		2,67	0,40	14,01	70,34	0,07	0,03	0,00	0,00	8,68	42,16	16,74	1,12
		Итого:	111,51	21,42	21,70	115,95	714,06	0,33	0,28	70,89	33,44	119,26	371,51	101,47	4,60

Обед 7-11 лет

День 2															
№ рец.	Наименование блюда	Выход	Цена	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины				Минеральные вещества, мг			
				Белки	Жиры	Углев.		В1, мг	В2, мг	С, мг	А, мкг	Ca	Р	Mg	Fe
Обед															
123/2018	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	200		7,00	9,12	10,77	153,20	0,07	0,07	6,36	12,00	24,92	122,01	27,76	0,90
339/2021	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ С СОУСОМ	100		17,60	12,30	15,00	243,00	0,08	0,14	3,68	0,24	36,75	162,37	21,29	2,17
202/2021	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150		8,73	7,85	39,45	263,01	0,30	0,15	39,83	0,00	19,91	207,98	138,32	138,32
459/2021	ЧАЙ ЛИМОНОМ	200		0,30	0,10	9,50	40,00	0,00	0,00	1,00	0,00	7,90	9,10	5,00	0,87
108/2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	31		4,56	0,48	29,52	141,00	0,07	0,02	0,00	0,00	12,00	39,00	8,40	0,66
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31		2,67	0,40	14,01	70,34	0,07	0,03	0,00	0,00	8,68	42,16	16,74	1,12
	Итого:	111,51		40,86	30,25	118,25	910,55	0,59	0,41	50,87	12,24	110,16	582,62	217,51	144,04

Обед 7-11 лет

День 3															
N рец.	Наименование блюда	Выход	Цена	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины				Минеральные вещества, мг			
				Белки	Жиры	Углев.		В1, мг	В2, мг	С, мг	А, мкг	Ca	Р	Mg	Fe
Обед															
131/2021	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ	200		4,64	4,76	13,72	116,20	0,09	0,09	6,52	30,00	95,60	111,60	29,40	0,86
579/2021	ГРЕНКИ ИЗ ХЛЕБА ПШЕНИЧНОГО	20		1,70	2,16	13,34	79,60	0,02	0,02	0,00	0,00	4,40	16,00	2,80	0,26
259/2021	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ	150		9,02	7,51	26,54	210,52	0,05	0,05	0,15	54,88	168,42	134,58	15,78	1,05
82/2021	ЯБЛОКО	100		0,60	0,60	14,70	66,00	0,04	0,04	10,50	0,00	24,15	16,50	13,50	3,31
495/2021	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200		0,60	0,10	20,10	84,00	0,01	0,01	0,20	0,00	20,10	19,20	14,40	0,69
108/2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	31		4,56	0,48	29,52	141,00	0,07	0,02	0,00	0,00	12,00	39,00	8,40	0,66
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31		2,67	0,40	14,01	70,34	0,07	0,03	0,00	0,00	8,68	42,16	16,74	1,12
Итого:			111,51	23,79	16,01	131,93	767,66	0,35	0,26	17,37	84,88	333,35	379,04	101,02	7,95

Обед 7-11 лет

День 4															
N рец.	Наименование блюда	Выход	Цена	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины				Минеральные вещества, мг			
				Белки	Жиры	Углев.		В1, мг	В2, мг	С, мг	А, мкг	Ca	Р	Mg	Fe
Обед															
98/2021	СВЕКОЛЬНИК	200		2,32	4,72	10,32	93,25	0,06	0,06	7,90	0,00	36,75	61,25	28,25	1,44
347/2021	КОТЛЕТА "ШКОЛЬНАЯ" С СОУСОМ	100		15,30	11,00	13,30	213,00	0,14	0,14	0,00	30,00	50,00	136,00	21,00	2,07
208/2021	КАША ЯЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150		4,67	4,76	30,01	181,38	0,09	0,09	0,00	23,08	39,82	161,76	23,37	0,86
457/2021	ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,20	0,10	9,30	38,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,10	7,70	4,20	0,82
108/2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	31		4,56	0,48	29,52	141,00	0,07	0,02	0,00	0,00	12,00	39,00	8,40	0,66
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31		2,67	0,40	14,01	70,34	0,07	0,03	0,00	0,00	8,68	42,16	16,74	1,12
Итого:			111,51	29,72	21,46	106,46	736,97	0,43	0,34	7,90	53,08	152,35	447,87	101,96	6,97

Обед 7-11 лет

День 5															
N рец.	Наименование блюда	Выход	Цена	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины				Минеральные вещества, мг			
				Белки	Жиры	Углев.		В1, мг	В2, мг	С, мг	А, мкг	Ca	Р	Mg	Fe
Второй прием															
1/2021	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКАЧАННОЙ	100		1,45	6,00	8,40	94,00	0,02	0,02	17,00	0,00	40,00	28,00	16,00	0,53
376/2021	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	260		21,00	19,00	15,90	319,00	0,16	0,16	8,30	68,00	36,00	229,00	47,00	2,60
	ПЕЧЕНЬЕ	50		0,00	0,00	0,00	89,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
486/2021	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ И ЯГОД	200		0,10	0,10	11,10	46,00	0,01	0,01	0,60	0,00	3,40	2,10	1,70	0,46
108/2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	62		9,12	0,96	59,04	282,00	0,14	0,14	0,00	0,00	24,00	78,00	16,80	1,32
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31		2,67	0,40	14,01	70,34	0,07	0,03	0,00	0,00	8,68	42,16	16,74	1,12
	Итого:	111,51		34,34	26,46	108,45	900,84	0,40	0,36	25,90	68,00	112,08	379,26	98,24	6,03

Обед 7-11 лет

День 6															
N рец.	Наименование блюда	Выход	Цена	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины				Минеральные вещества, мг			
				Белки	Жиры	Углев.		В1, мг	В2, мг	С, мг	А, мкг	Ca	Р	Mg	Fe
Обед															
149/2021	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	50		0,16	0,02	0,34	27,50	0,01	0,01	0,50	0,00	4,64	4,84	2,82	0,12
103/2021	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	200		1,04	3,54	2,76	47,20	0,02	0,02	9,60	0,00	27,60	22,40	11,00	0,47
375/2021	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	180		11,10	7,39	0,90	201,19	0,03	0,03	0,00	13,52	18,03	78,49	25,26	0,63
495/2021	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200		0,60	0,10	20,10	84,00	0,01	0,01	0,20	0,00	20,10	19,20	14,40	0,69
108/2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	62		9,12	0,96	59,04	282,00	0,14	0,14	0,00	0,00	24,00	78,00	16,80	1,32
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31		2,67	0,40	14,01	70,34	0,07	0,03	0,00	0,00	8,68	42,16	16,74	1,12
Итого:		111,51		24,69	12,41	97,15	712,23	0,28	0,24	10,30	13,52	103,05	245,09	87,02	4,35

Обед 7-11 лет

День 7															
№ рец.	Наименование блюда	Выход	Цена	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины				Минеральные вещества, мг			
				Белки	Жиры	Углев.		В1, мг	В2, мг	С, мг	А, мкг	Ca	Р	Mg	Fe
Обед															
100/2021	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200		2,10	4,08	10,60	87,60	0,07	0,07	5,68	0,00	13,40	48,80	20,40	0,68
350/2021	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ "ЁЖИКИ" С СОУСОМ	100		8,40	6,50	9,70	131,00	0,04	0,04	0,00	16,00	37,00	99,00	15,00	0,83
377/2021	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150		4,05	6,00	8,70	105,00	0,12	0,12	3,60	30,00	37,50	73,50	24,00	0,82
486/2021	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ И ЯГОД	200		0,10	0,10	11,10	46,00	0,01	0,01	0,60	0,00	3,40	2,10	1,70	0,46
108/2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	62		9,12	0,96	59,04	282,00	0,14	0,14	0,00	0,00	24,00	78,00	16,80	1,32
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31		2,67	0,40	14,01	70,34	0,07	0,03	0,00	0,00	8,68	42,16	16,74	1,12
Итого:			111,51	26,44	18,04	113,15	721,94	0,45	0,41	9,88	46,00	123,98	343,56	94,64	5,23

Обед 7-11 лет

День 8															
N рец.	Наименование блюда	Выход	Цена	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины				Минеральные вещества, мг			
				Белки	Жиры	Углев.		В1, мг	В2, мг	С, мг	А, мкг	Ca	P	Mg	Fe
Обед															
128/2021	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ	250		2,00	3,08	8,90	89,25	0,06	0,02	0,40	26,00	16,00	28,40	6,80	0,41
282/2021	ЗАПЕКАНКА ИЗ РИСА С ТВОРОГОМ СО СГУЩ. МОЛОКОМ	200		13,43	6,11	52,40	317,87	0,09	0,09	0,13	52,40	85,52	183,00	39,23	0,77
457/2021	ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,20	0,10	9,30	38,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,10	7,70	4,20	0,82
108/2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	62		9,12	0,96	59,04	282,00	0,14	0,14	0,00	0,00	24,00	78,00	16,80	1,32
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31		2,67	0,40	14,01	70,34	0,07	0,03	0,00	0,00	8,68	42,16	16,74	1,12
Итого:			111,51	27,42	10,65	143,65	797,46	0,36	0,28	0,53	78,40	139,30	339,26	83,77	4,44

Обед 7-11 лет

Обед 7-11 лет

День 9															
N рец.	Наименование блюда	Выход	Цена	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины				Минеральные вещества, мг			
				Белки	Жиры	Углев.		В1, мг	В2, мг	С, мг	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
Обед															
95/2021	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200		1,48	3,54	5,56	60,00	0,03	0,03	6,40	0,00	29,40	39,20	18,60	0,88
296/2021	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С СОУСОМ	100		13,00	3,00	7,00	107,00	0,08	0,08	2,90	8,50	37,00	202,00	38,00	0,84
256/2021	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150		5,55	4,95	29,55	184,50	0,06	0,04	0,00	31,50	12,00	45,00	7,50	1,05
495/2021	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200		0,60	0,10	20,10	84,00	0,01	0,01	0,20	0,00	20,10	19,20	14,40	0,69
108/2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	62		9,12	0,96	59,04	282,00	0,14	0,14	0,00	0,00	24,00	78,00	16,80	1,32
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31		2,67	0,40	14,01	70,34	0,07	0,03	0,00	0,00	8,68	42,16	16,74	1,12
Итого:		111,51		32,42	12,95	135,26	787,84	0,39	0,33	9,50	40,00	131,18	425,56	112,04	5,90

Обед 7-11 лет

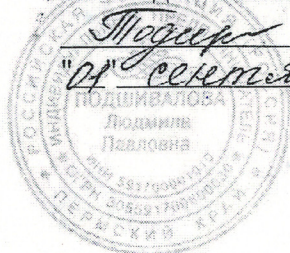
Обед 7-11 лет

День 10															
N рец.	Наименование блюда	Выход	Цена	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины				Минеральные вещества, мг			
				Белки	Жиры	Углев.		В1, мг	В2, мг	С, мг	А, мкг	Ca	P	Mg	Fe
Обед															
26/2021	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	100		1,40	6,10	7,60	91,00	0,02	0,02	7,70	0,00	34,00	39,00	20,00	1,30
372/2021	КОТЛЕТА ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ	100		19,88	17,89	10,65	282,58	0,09	0,09	0,85	72,42	48,28	181,76	24,14	1,80
202/2021	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150		8,73	7,85	39,45	263,01	0,30	0,15	39,83	0,00	19,91	207,98	138,32	138,32
	ПЕЧЕНЬЕ	50		0,00	0,00	0,00	89,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
460/2021	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200		1,60	1,30	11,50	64,00	0,02	0,02	0,30	9,50	59,10	45,90	10,50	0,87
108/2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	31		4,56	0,48	29,52	141,00	0,07	0,02	0,00	0,00	12,00	39,00	8,40	0,66
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31		2,67	0,40	14,01	70,34	0,07	0,03	0,00	0,00	8,68	42,16	16,74	1,12
Итого:			111,51	38,84	34,02	112,73	1001,43	0,57	0,33	48,68	81,92	181,97	555,80	218,10	144,07

Приложение 2 к приказу от
01.09.2026 г. 418

УТВЕРЖДАЮ:

ИП Подшивалова Л.П.

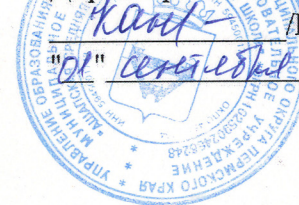


/Л.П. Подшивалова/

"01" сентября 2026г.

СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ "Ашапская СОШ"



/Канисева Д.А./

"01" сентября 2026 г.

Примерное 10-дневное меню

для школьников 11-18 лет

(осенне-зимний период)

МБОУ "Ашапская СОШ"

Единый сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для детских садов, школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации, лечебно-профилактических учреждений, 2018 год, 2013год, 2021 год.

Обед 11-18 лет

День 1															
N рец.	Наименование блюда	Выход	Цена	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины				Минеральные вещества, мг			
				Белки	Жиры	Углев.		В1, мг	В2, мг	С, мг	А, мкг	Ca	P	Mg	Fe
Обед															
129/2021	СУП КАРТОФЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250		2,90	4,15	12,20	97,75	0,06	0,06	3,80	2,12	16,00	46,75	17,00	0,81
367/2018	ПТИЦА В СОУСЕ С ТОМАТОМ	100		7,50	11,97	3,67	121,00	0,10	0,14	67,65	4,71	48,41	149,97	21,15	1,38
385/2021	РИС ОТВАРНОЙ	180		4,52	6,51	46,68	263,42	0,03	0,03	0,00	32,43	20,72	100,53	32,61	0,12
495/2021	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200		0,60	0,10	20,10	84,00	0,01	0,01	0,20	0,00	20,10	19,20	14,40	0,69
108/2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	62		9,12	0,96	59,04	282,00	0,14	0,14	0,00	0,00	24,00	78,00	16,80	1,32
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31		2,67	0,40	14,01	70,34	0,07	0,03	0,00	0,00	8,68	42,16	16,74	1,12
Итого:				27,31	24,09	155,70	918,51	0,41	0,41	71,65	39,26	137,91	436,61	118,70	5,44

Обед 11-18 лет

Обед 11-18 лет

День 2															
N рец.	Наименование блюда	Выход	Цена	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины				Минеральные вещества, мг			
				Белки	Жиры	Углев.		B1, мг	B2, мг	C, мг	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe
Обед															
123/2018	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250		8,75	11,40	13,46	191,50	0,08	0,08	7,95	15,00	31,15	152,51	34,70	1,12
339/2021	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ С СОУСОМ	100		17,60	12,30	15,00	243,00	0,08	0,14	3,68	0,24	36,75	162,37	21,29	2,17
202/2021	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180		10,47	9,42	47,34	315,61	0,36	0,36	47,80	0,00	23,89	249,57	165,98	165,98
459/2021	ЧАЙ ЛИМОНОМ	200		0,30	0,10	9,50	40,00	0,00	0,00	1,00	0,00	7,90	9,10	5,00	0,87
108/2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	62		9,12	0,96	59,04	282,00	0,14	0,14	0,00	0,00	24,00	78,00	16,80	1,32
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31		2,67	0,40	14,01	70,34	0,07	0,03	0,00	0,00	8,68	42,16	16,74	1,12
		Итого:		48,91	34,58	158,35	1142,45	0,73	0,75	60,43	15,24	132,37	693,71	260,51	172,58

Обед 11-18 лет

Обед 11-18 лет															
День 3															
N рец.	Наименование блюда	Выход	Цена	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины				Минеральные вещества, мг			
				Белки	Жиры	Углев.		В1, мг	В2, мг	С, мг	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
Обед															
131/2021	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ	250		5,80	5,95	17,15	145,25	0,11	0,11	8,15	37,50	119,50	139,50	36,75	1,07
579/2021	ГРЕНКИ ИЗ ХЛЕБА ПШЕНИЧНОГО	20		1,70	2,16	13,34	79,60	0,02	0,02	0,00	0,00	4,40	16,00	2,80	0,26
259/2021	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ	180		10,82	9,01	31,85	252,62	0,06	0,06	0,18	65,85	210,52	161,49	18,93	1,26
82/2021	ЯБЛОКО	100		0,60	0,60	14,70	66,00	0,04	0,04	10,50	0,00	24,15	16,50	13,50	3,31
495/2021	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200		0,60	0,10	20,10	84,00	0,01	0,01	0,20	0,00	20,10	19,20	14,40	0,69
108/2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	62		9,12	0,96	59,04	282,00	0,14	0,14	0,00	0,00	24,00	78,00	16,80	1,32
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31		2,67	0,40	14,01	70,34	0,07	0,03	0,00	0,00	8,68	42,16	16,74	1,12
		Итого:		31,31	19,18	170,19	979,81	0,45	0,41	19,03	103,35	411,35	472,85	119,92	9,03

Обед 11-18 лет

День 4															
N рец.	Наименование блюда	Выход	Цена	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины				Минеральные вещества, мг			
				Белки	Жиры	Углев.		В1, мг	В2, мг	С, мг	А, мкг	Ca	Р	Mg	Fe
Обед															
98/2021	СВЕКОЛЬНИК	250		2,90	5,90	12,90	116,56	0,07	0,07	9,87	0,00	45,94	76,56	35,31	1,80
347/2021	КОТЛЕТА "ШКОЛЬНАЯ" С СОУСОМ	100		15,30	11,00	13,30	213,00	0,14	0,14	0,00	30,00	50,00	136,00	21,00	2,07
208/2021	КАША ЯЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180		5,60	5,71	36,01	217,65	0,10	0,10	0,00	27,69	47,78	194,11	28,04	1,03
457/2021	ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,20	0,10	9,30	38,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,10	7,70	4,20	0,82
108/2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	62		9,12	0,96	59,04	282,00	0,14	0,14	0,00	0,00	24,00	78,00	16,80	1,32
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31		2,67	0,40	14,01	70,34	0,07	0,03	0,00	0,00	8,68	42,16	16,74	1,12
		Итого:		35,79	24,07	144,56	937,55	0,52	0,48	9,87	57,69	181,50	534,53	122,09	8,16

Обед 11-18 лет

Обед 11-18 лет

День 5															
N рец.	Наименование блюда	Выход	Цена	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины				Минеральные вещества, мг			
				Белки	Жиры	Углев.		В1, мг	В2, мг	С, мг	А, мкг	Ca	P	Mg	Fe
Второй прием															
1/2021	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКАЧАННОЙ	100		1,45	6,00	8,40	94,00	0,02	0,02	17,00	0,00	40,00	28,00	16,00	0,53
376/2021	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	300		24,15	21,85	18,28	366,85	0,18	0,18	9,54	78,20	41,40	263,35	54,05	2,99
	ПЕЧЕНЬЕ	50		0,00	0,00	0,00	89,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
486/2021	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ И ЯГОД	230		0,10	0,10	11,10	46,00	0,01	0,01	0,60	0,00	3,40	2,10	1,70	0,46
108/2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	62		9,12	0,96	59,04	282,00	0,14	0,14	0,00	0,00	24,00	78,00	16,80	1,32
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	62		5,34	0,80	28,02	140,68	0,14	0,06	0,00	0,00	17,36	84,32	33,48	2,24
	Итого:			40,16	29,71	124,84	1019,03	0,49	0,41	27,14	78,20	126,16	455,77	122,03	7,54

Обед 11-18 лет

Обед 11-18 лет															
День 6															
N рец.	Наименование блюда	Выход	Цена	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины				Минеральные вещества, мг			
				Белки	Жиры	Углев.		В1, мг	В2, мг	С, мг	А, мкг	Ca	Р	Mg	Fe
Обед															
149/2021	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50		0,16	0,02	0,34	27,50	0,01	0,01	0,50	0,00	4,64	4,84	2,82	0,12
103/2021	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	250		1,30	4,42	3,45	59,00	0,02	0,02	12,00	0,00	34,50	28,00	13,75	0,59
375/2021	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	210		12,87	8,57	1,04	233,38	0,03	0,03	0,00	15,68	20,91	91,05	29,30	0,73
495/2021	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200		0,60	0,10	20,10	84,00	0,01	0,01	0,20	0,00	20,10	19,20	14,40	0,69
108/2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	62		9,12	0,96	59,04	282,00	0,14	0,14	0,00	0,00	24,00	78,00	16,80	1,32
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	62		5,34	0,80	28,02	140,68	0,14	0,06	0,00	0,00	17,36	84,32	33,48	2,24
Итого:				29,39	14,87	111,99	826,56	0,35	0,27	12,70	15,68	121,51	305,41	110,55	5,69

Обед 11-18 лет

День 7															
N рец.	Наименование блюда	Выход	Цена	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины				Минеральные вещества, мг			
				Белки	Жиры	Углев.		В1, мг	В2, мг	С, мг	А, мкг	Ca	Р	Mg	Fe
Обед															
100/2021	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250		2,62	5,10	13,25	109,50	0,08	0,08	7,10	0,00	16,75	61,00	25,50	0,85
350/2021	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ "ЁЖИКИ" С СОУСОМ	100		8,40	6,50	9,70	131,00	0,04	0,04	0,00	16,00	37,00	99,00	15,00	0,83
377/2021	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180		4,86	7,20	10,44	126,00	0,14	0,14	4,32	36,00	45,00	88,20	28,80	0,98
486/2021	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ И ЯГОД	200		0,10	0,10	11,10	46,00	0,01	0,01	0,60	0,00	3,40	2,10	1,70	0,46
108/2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	62		9,12	0,96	59,04	282,00	0,14	0,14	0,00	0,00	24,00	78,00	16,80	1,32
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	62		5,34	0,80	28,02	140,68	0,14	0,06	0,00	0,00	17,36	84,32	33,48	2,24
		Итого:		30,44	20,66	131,55	835,18	0,55	0,47	12,02	52,00	143,51	412,62	121,28	6,68

Обед 11-18 лет

Обед 11-18 лет															
День 8															
N рец.	Наименование блюда	Выход	Цена	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины				Минеральные вещества, мг			
				Белки	Жиры	Углев.		В1, мг	В2, мг	С, мг	А, мкг	Ca	P	Mg	Fe
Обед															
128/2021	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ	300		2,40	3,69	10,68	107,10	0,07	0,07	0,48	31,20	19,20	34,08	8,16	0,49
282/2021	ЗАПЕКАНКА ИЗ РИСА С ТВОРОГОМ СО СГУЩ. МОЛОКОМ	210		13,43	6,11	52,40	333,76	0,09	0,09	0,13	52,40	85,52	183,00	39,23	0,77
457/2021	ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,20	0,10	9,30	38,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,10	7,70	4,20	0,82
108/2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	62		9,12	0,96	59,04	282,00	0,14	0,14	0,00	0,00	24,00	78,00	16,80	1,32
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31		2,67	0,40	14,01	70,34	0,07	0,03	0,00	0,00	8,68	42,16	16,74	1,12
	Итого:			27,82	11,26	145,43	831,20	0,37	0,33	0,61	83,60	142,50	344,94	85,13	4,52

Обед 11-18 лет

Обед 11-18 лет															
День 9															
N рец.	Наименование блюда	Выход	Цена	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины				Минеральные вещества, мг			
				Белки	Жиры	Углев.		В1, мг	В2, мг	С, мг	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
Обед															
95/2021	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250		1,85	4,42	6,95	75,00	0,03	0,03	8,00	0,00	36,75	49,00	23,25	1,10
296/2021	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С СОУСОМ	100		13,00	3,00	7,00	107,00	0,08	0,08	2,90	8,50	37,00	202,00	38,00	0,84
256/2021	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180		6,66	5,94	35,46	221,40	0,07	0,07	0,00	37,80	14,40	54,00	9,00	1,26
495/2021	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200		0,60	0,10	20,10	84,00	0,01	0,01	0,20	0,00	20,10	19,20	14,40	0,69
108/2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	62		9,12	0,96	59,04	282,00	0,14	0,14	0,00	0,00	24,00	78,00	16,80	1,32
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31		2,67	0,40	14,01	70,34	0,07	0,03	0,00	0,00	8,68	42,16	16,74	1,12
		Итого:		33,90	14,82	142,56	839,74	0,40	0,36	11,10	46,30	140,93	444,36	118,19	6,33

Обед 11-18 лет

День 10															
N рец.	Наименование блюда	Выход	Цена	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины				Минеральные вещества, мг			
				Белки	Жиры	Углев.		В1, мг	В2, мг	С, мг	А, мкг	Ca	P	Mg	Fe
Обед															
26/2021	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	100		1,40	6,10	7,60	91,00	0,02	0,02	7,70	0,00	34,00	39,00	20,00	1,30
372/2021	КОТЛЕТА ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ	100		19,88	17,89	10,65	282,58	0,09	0,09	0,85	72,42	48,28	181,76	24,14	1,80
202/2021	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	200		10,47	9,42	47,34	315,61	0,36	0,36	47,80	0,00	23,89	249,57	165,98	165,98
	ПЕЧЕНЬЕ.	60		0,00	0,00	0,00	89,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
460/2021	ЧАЙ С МОЛОКОМ	250		2,00	1,62	14,37	80,00	0,02	0,02	0,37	11,87	73,87	57,37	13,12	1,08
108/2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	62		9,12	0,96	59,04	282,00	0,14	0,14	0,00	0,00	24,00	78,00	16,80	1,32
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31		2,67	0,40	14,01	70,34	0,07	0,03	0,00	0,00	8,68	42,16	16,74	1,12
Итого:				45,54	36,39	153,01	1211,03	0,70	0,66	56,72	84,29	212,72	647,86	256,78	172,60