



**Муниципальный район «Цумадинский район»**  
**МКУ «УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ»**  
**МКОУ «ГИГАТЛИ-УРУХСКАЯ ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ**  
**ШКОЛА»**

368900, РД, Цумадинский район, с. Гигатли -Урух, тел. 89634039350

ПРИКАЗ № 02

по МКОУ «Гигатли-Урухская ООШ»

от 11.01.2023 г.

Об утверждении единого примерного десятидневного  
циклического меню для обучающихся 7-11 лет на 2023 год

Во исполнение Перечня мероприятий по организации бесплатного горячего питания обучающихся, получающих начальное общее образование МКОУ «Гигатли-Урухская ООШ», обеспечивающих охват 100 процентов от числа таких обучающихся в школе (далее - Дорожная карта) от 12 августа 2020 года, и пункта 4.50 «Положения о Министерстве образования и науки Республики Дагестан» утвержденного постановлением Правительства Республики Дагестан от 31 июля 2021 года № 350 «Вопросы Министерства образования и науки Республики Дагестан» и на основании приказа Минобрнауки РД от 30.12.2022 года № 09-02-1516\22

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Утвердить вариант единого примерного десятидневного циклического меню для обучающихся 7-11 лет школы на 2023 год согласно приложению.
2. Обеспечить в 2023 году организацию горячего питания обучающихся в соответствии с вариантами примерного десятидневного циклического меню для обучающихся 7-11 лет.
3. Дирекции школы обеспечить исполнение норм законодательства в части доведения информации об организации горячего питания до сведения родителей (законных представителей) обучающихся.
3. Контроль за исполнением настоящего приказа оставляю за собой.

Директор школы



Магомеднабиева А.А.

Учреждение  
 директор МКОУ "Бюджетная общеобразовательная организация «Средняя общеобразовательная школа № 1»  
 Алексей Александрович Мухоморов



### Примерное меню на 10 дней для второй смены

Сезон:  
 Возрастная категория

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
	Суп с изделиями макаронными	250	3	7	11	160	2	140
	Гуляш из курицы	90	14	17	7	168		56
	Каша гречневая рассыпчатая	150	8	8	34	166		168
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,2	0,1	10	82		376
	Яблоки	100	0,4	0,3	10	41	10	368
	Хлеб пшеничный	30	2		14	80		1
	Хлеб ржаной	20	1		7	52		2
<b>Итого за Обед</b>			<b>28</b>	<b>32</b>	<b>93</b>	<b>749</b>		
<b>Итого за день</b>			<b>28</b>	<b>32</b>	<b>93</b>	<b>749</b>		

Сезон:  
 Возрастная категория

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
	Суп гороховый	250	8	2	23	140	6	214
	Тефтели мясные	90	6	6	5	180	2	286
	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5	9	30	190		204
	Сок фруктовый	200	1	0,2	25	110	8	399
	Хлеб пшеничный	30	2		14	80		1
	Хлеб ржаной	20	1		7	52		2
	Салат из свеклы с яблоком	60	3	4	8	85	6	1 034,02
<b>Итого за Обед</b>			<b>26</b>	<b>21</b>	<b>112</b>	<b>820</b>		
<b>Итого за день</b>			<b>26</b>	<b>21</b>	<b>112</b>	<b>820</b>		

Сезон:  
 Возрастная категория

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
	Борщ	250	2	4	12	110	19	2 001
	Котлеты из кур	90	19	19	15	140	6	283
	Каша пшеничная рассыпчатая	150	6	6	25	220		172
	Кисель промышленного производства	200			24	103		376
	Банан	100	2	1	21	96	10	368
	Хлеб пшеничный	30	2		14	80		1
	Хлеб ржаной	20	1		7	52		2
<b>Итого за Обед</b>			<b>32</b>	<b>30</b>	<b>118</b>	<b>801</b>		
<b>Итого за день</b>			<b>32</b>	<b>30</b>	<b>118</b>	<b>801</b>		

Сезон:  
Возрастная  
категория

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
	Суп фасолевый с овощами	250	2	3	5	135	11	39
	Рыба, припущенная с овощами	90	18	5	4	200		244
	Пюре картофельное	150	5	13	36	182	46	321
	Компот из плодов свежих (яблоки)	200	0,4	0,3	12	35	3	372
	Хлеб пшеничный	30	2		14	80		1
	Хлеб ржаной	20	1		7	52		2
	Салат из капусты с горошком	60	1	5	5	52	14	20
<b>Итого за Обед</b>			29	26	83	822		
<b>Итого за день</b>			29	26	83	822		

Сезон:  
Возрастная  
категория

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
	Суп перловый	250	2	5	10	121	7	73
	Плов с говядиной	180	2	4	19	377		59,01
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,3	0,2	10	82		376
	Яблоки	100	0,4	0,3	10	41	10	368
	Хлеб пшеничный	30	2		14	80		1
	Хлеб ржаной	20	1		7	52		2
	Огурцы свежие	60			2	8	3	10
<b>Итого за Обед</b>			7	9	72	761		
<b>Итого за день</b>			7	9	72	761		

Сезон:  
Возрастная  
категория

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
	Суп рисовый	250	5	7	12	140	6	52
	Гуляш из курицы	200	32	38	16	373		56
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0,2	10	82		376
	Яблоки	100	0,4	0,3	10	41	10	368
	Хлеб пшеничный	30	2		14	80		1
	Хлеб ржаной	20	1		7	52		2
<b>Итого за Обед</b>			40	45	69	766		
<b>Итого за день</b>			40	45	69	766		

Сезон:  
Возрастная  
категория

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
	Суп чечевичный с овощами	250	2	3	5	127	11	39,1

Котлеты из говядины	90	6	6	5	158	2	282
Каша пшеничная рассыпчатая	150	6	6	25	220		172
Компот из плодов свежих (яблоки)	200	0,4	0,3	12	35	3	372
Салат из капусты с горошком	60	1	5	5	52	14	20
Хлеб пшеничный	30	2		14	80		1
Хлеб ржаной	20	1		7	52		2
Итого за Обед		18	20	73	724		
Итого за день		18	20	73	724		

Сезон:  
Возрастная категория

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
	Щи из капусты свежей с картофелем	250	5	9	6	181	16	187
	Плов из птицы	200	16	24	34	238	4	304
	Огурцы консервированные без уксуса	60	0,1	0,1	1	8	3	1 037
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0,3	10	82		376
	Банан	100	2	1	21	96	10	368
	Хлеб пшеничный	30	2		14	80		1
	Хлеб ржаной	20	1		7	52		2
Итого за Обед			26	34	93	797		
Итого за день			26	34	93	797		

Сезон:  
Возрастная категория

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
	Рассольник	250	2	5	10	121	7	73
	Котлеты или биточки рыбные	90	12	7	11	280	1	279
	Пюре картофельное	150	5	13	36	182	46	321
	Сок фруктовый	200	1	0,2	25	110	8	399
	Салат из свеклы	60	3	4	6	56	5	33
	Хлеб пшеничный	30	2		14	80		1
	Хлеб ржаной	20	1		7	52		2
Итого за Обед			26	29	109	821		
Итого за день			26	29	109	821		

Сезон:  
Возрастная категория

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
	Суп гороховый	250	8	2	23	140	6	214
	Гуляш из говядины	90	12	9	7	162		277
	Каша гречневая рассыпчатая	150	8	8	34	166		168
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0,3	10	82		376
	Яблоки	100	0,4	0,3	10	41	10	368
	Хлеб пшеничный	30	2		14	80		1

Хлеб ржаной	20	1		7	52		2
Итого за Обед		31	19	105	723		
Итого за день		31	19	105	723		

Итого за день 31 19 105 723