



УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ ГРЯЗОВЕЦКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО
РАЙОНА ВОЛОГОДСКОЙ ОБЛАСТИ

ПРИКАЗ

16.07.2020 № 517

г. Грязовец

Об утверждении 10-дневного
меню горячего питания обучающихся
1-4 классов общеобразовательных
учреждений Грязовецкого
муниципального района

С целью предоставления качественного горячего питания обучающихся 1-4 классов общеобразовательных учреждений Грязовецкого муниципального района в соответствии с рекомендациями Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Утвердить 10-дневное меню завтраков для обучающихся 1-4 классов общеобразовательных учреждений Грязовецкого муниципального района (Приложение 1). Стоимость завтраков в день 63 рубля.
2. Утвердить 10-дневное меню обедов для обучающихся 1-4 классов общеобразовательных учреждений Грязовецкого муниципального района (Приложение 2).
3. Утвердить соотношение суточной калорийности питания в следующих процентах:

Меню завтрака (приложение 1, 63 руб. в день)	25%
Меню обеда (приложение 2, 78 руб. в день)	35%

Начальник Управления образования



Т.А. Патракеева

Среды	80	7,36	10,7	17	125,3	0,07	0,35	9,7	0,5	43,1	136,5	20,9	0,6
Рыба припущенная	150	3,08	2,33	12,13	153,2	1,16	3,75	33,15	0,15	38,25	76,95	26,7	0,86
Картофельное пюре	200/7	0,53	-	9,87	29,6	-	2,13	-	-	15,33	23,2	12,27	2,13
Чай с лимоном	30	3,16	0,4	14,49	50	0,04	-	-	0,36	9,2	42,4	10	1,24
Хлеб	10	0,1	7,2	7,13	104	0,25	0	0,012	0,01	23,3	119,5	0,09	2,3
Масло сливочное	477	14,23	20,63	60,62	462,1	1,52	6,23	42,86	1,02	129,18	398,55	69,96	7,13
Итого													
Четверг													
Запеканка творожно-морковная со сметанным соусом	200/15	10,83	16,74	52,43	256,5	0,07	0,56	0,079	0	160,9	226,4	29	0,8
Какао с молоком	200	3,78	0,67	26	135,8	0,03	1,47	-	-	158,7	132	29,33	2,4
Хлеб	30	3,16	0,4	14,49	50	0,04	-	-	0,36	9,2	42,4	10	1,24
Масло сливочное	10	0,1	7,2	7,13	104	0,25	0	0,012	0,01	23,3	119,5	0,09	2,3
Итого	455	25,87	25,01	100,1	546,3	0,39	0,56	0,091	0,37	352,1	520,3	68,42	6,74
Пятница													
Макаронные изделия с тертым сыром	180	9,74	13,4	29,5	156,2	0,06	-	-	1,95	12	34,5	7,5	0,75
Чай	200	0,53	-	9,47	114,9	0,03	1,47	-	-	158,7	132	29,33	2,4
Хлеб	30	3,16	0,4	14,49	50	0,04	-	-	0,36	9,2	42,4	10	1,24
Масло сливочное	10	0,1	7,2	7,13	104	0,25	0	0,012	0,01	23,3	119,5	0,09	2,3
Итого	420	13,53	21	60,59	425,1	0,38	1,47	0,012	2,32	203,2	328,4	46,92	6,69
2 НЕДЕЛЯ													
Понедельник													
Каша пшѐнная молочная	200	47,3	4,3	29,27	171,2	0,4	1,9	71,6	0,4	92,3	128	26,7	1,3
Чай фруктовый	200	0,53	-	9,87	115,4	-	0,27	-	-	13,6	49,88	6,7	1,29
Хлеб	30	3,16	0,4	14,49	50	0,04	-	-	0,36	9,2	42,4	10	1,24
Масло сливочное	10	0,1	7,2	7,13	104	0,25	0	0,012	0,01	23,3	119,5	0,09	2,3
Сыр (Российский и др.)	15	4,64	5,9	-	12,3	0,01	0,14	52	0,1	176	100	7	0,2
Итого	455	15,73	17,8	60,76	452,9	0,7	2,31	123,61	0,87	314,4	439,78	50,49	6,33
Вторник													
Запеканка рисовая со сметанным соусом	200/15	5,58	4,48	0,92	267,8	0,4	1,9	71,6	0,4	92,3	128	26,7	1,3
Какао с молоком	200	3,78	0,67	26	125,4	-	0,27	-	-	13,6	22,13	11,7	2,13
Хлеб	30	3,16	0,4	14,49	50	0,04	-	-	0,36	9,2	42,4	10	1,24
Масло сливочное	10	0,1	7,2	7,13	104	0,25	0	0,012	0,01	23,3	119,5	0,09	2,3
Итого	455	12,62	12,75	48,54	547,2	0,69	2,17	71,61	0,77	138,4	312,03	48,49	6,97

[illegible]

СОГЛАСОВАНО
Представитель Управления
Роспотребнадзора по
Вологодской области

«*Иван*» 2020 г.

УТВЕРЖДАЮ

Начальник Управления
образования Грязовецкого
муниципального района
Т.А. Патракеева

2020 г.

(приказ Управления образования
Грязовецкого муниципального
района от 16.07.2020 №517)

Меню обедов для обучающихся 1-4 классов общеобразовательных учреждений Грязовецкого муниципального района

Наименование блюда	Выход (вес) порции (мл или гр.)	Пищевая ценность			Энерге тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества				
		Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Pe	
1 НЕДЕЛЯ														
Понедельник														
Салат из свеклы с р/м	60	1,31	4,16	12,11	54	0,02	24,43	-	2,31	43	28,32	16	0,52	
Суп гороховый	250	4,5	3,25	14,25	125	0,06	10	-	-	49,25	22,5	26,5	0,78	
Биточки (птица)	80	9,7	10,78	10,8	265	0,07	23,33	29,5	-	139	225	50,5	41,67	
Овощное рагу	150	2,53	5,7	12,29	85	0,06	-	-	1,95	12	34,5	7,5	0,75	
Компот из сухофруктов	200	1,16	0,3	17,26	87	0,02	1,16	17,25	-	16,84	18,98	6	0,27	
Хлеб пшеничный	20	3,16	0,4	14,49	50	0,05	-	-	0,37	9,2	42,4	10	1,24	
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	2,24	0,44	19,76	30	0,04	-	-	0,36	9,6	45,2	11	1,25	
Итого	790	24,6	25,03	101	696	0,32	58,92	46,75	4,99	278,89	416,81	127,5	46,48	
Вторник														
Огурцы соленные в нарезке	60	0,67	6,09	1,81	52	0,06	7,8	0	0	8,4	3,6	0	0,2	
Борщ со сметаной	250/10	1,83	4,9	12,75	134,3	0,05	20,5	0	0,8	65	185	25	0,8	
Рыба припущенная	80	14	5,7	-	97,3	0,13	1,13	56,25	0,84	67,78	198,28	52,59	2,25	
Картофель отварной	150	3	4,6	23,7	215,3	0,206	0	0,01	0,01	23,3	119,5	0,1	2,3	

[illegible]

Суп с макаронными изделиями	250	7,3	6,3	9,3	145,3	0,03	0	0	0	1	33	223	23	0,5
Гуляш мясной	80/50	6,82	13,67	2,25	159,1	0,206	0	0,01	0,01	0,01	23,3	119,5	0,1	2,3
Картофельное пюре	150	3,08	2,33	10,13	147,3	0,026	0	0,012	0,01	0,01	23,3	119,5	0,1	2,3
Кисель из ягод (замороженных или свежих)	200	0,16	0,08	27,5	136,2	0,01	1,8	-	0,4	0,4	11,8	10,4	3,2	0,34
Хлеб пшеничный	20	3,16	0,4	14,49	50	0,03	1	-	1	1	40,48	36,6	26,2	0,86
Хлеб ржаной	30	2,24	0,44	19,76	30	0,18	0	0	1,4	1,4	4,7	15,7	15,7	3,9
Итого	840	24,48	24,63	100,1	704,1	0,57	22,1	0,112	7,19	153,79	556,82	85,92	11,03	
2 НЕДЕЛЯ														
Понедельник														
Салат из свеклы	60	1,31	5,16	12,11	0,25	0,09	20,3	-	3,37	17,21	32,12	17,62	0,83	
Суп овощной со сметаной	250/10	2,28	2,33	11,25	154,1	0,5	2,25	17,5	0,25	40	220	17,5	0,8	
Тфтели (мясные)	80	9,87	11,33	8,8	223,5	0,06	0	0,02	0,025	7,9	146,5	15,8	2,2	
Рис припущенный	150	3,67	5,42	16,67	120,3	0,151	24	0,019	0	12,8	61,7	25,1	1,3	
Компот из свежих яблок	200	2,16	0,16	17,88	145,3	0	0,9	0	1,6	10	30	24	0,4	
Хлеб пшеничный	20	3,156	0,4	14,49	50	0,18	0	0	1,4	4,7	15,7	15,7	3,9	
Хлеб ржаной	30	2,24	0,44	19,76	30	0,03	1,47	-	-	158,67	132	29,33	2,4	
Итого	800	24,69	25,24	101	723,8	1,011	48,92	17,54	6,65	251,28	638,02	145,05	11,83	
Вторник														
Салат из свежей капусты	60	1,33	6,08	8,52	2,36	0,09	20,3	-	3,37	17,21	32,12	17,62	0,83	
Рассольник по-ленинградски	250	2,2	5,2	15,58	124,6	0,5	2,25	17,5	0,25	40	220	17,5	0,8	
Рыба, запеченная с картофелем по-русски	200	14,58	13,5	19,7	336,4	0,02	0	10	0,15	19,5	72	20	0,9	
Сок фруктовый (овощной)	200	1,47	-	22,8	158,3	0,02	4	-	0,2	14	14	8	2,8	
Хлеб пшеничный	20	3,16	0,4	14,49	50	0,18	0	-	1,4	4,7	15,7	15,7	3,9	
Хлеб ржаной	30	2,24	0,44	19,76	30	0,03	1,47	-	-	158,67	132	29,33	2,4	
Итого	760	24,98	25,62	100,9	701,5	0,84	28,02	27,5	5,37	254,08	485,82	108,18	11,63	
Среда														
Огурец свежий	60	0,67	6,09	1,81	2,69	0,09	20,3	-	3,37	17,21	32,12	17,62	0,83	

Суп картофельный с рисовой крупой	250	1,97	2,71	12,11	135,8	0,03	0	0	0	1	33	223	23	0,5
Котлеты (мясо)	80	9,87	8,33	8,8	269,5	0,13	1,13	56,25	0,84	67,78	198,28	52,59	2,25	
Макаронные изделия	150	6,1	7,5	26,5	135,4	0,06	-	-	1,95	12	34,5	7,5	0,75	
Компот из сухофруктов	200	1,16	0,3	17,26	125,1	0,02	0,49	0,01	0	0,03	83,1	11,4	0,6	
Хлеб пшеничный	20	3,16	0,4	14,49	50	0,04	-	-	0,36	9,2	42,4	10	1,24	
Хлеб ржаной	30	2,24	0,44	19,76	30	0,16	0	0	1,2	14,4	63,2	19,2	1,6	
Итого	790	25,17	25,77	100,7	748,5	0,53	21,92	56,26	8,72	153,62	676,6	141,31	7,77	
Четверг														
Помидор свежий (или соленый) в нарезке	60	1,11	6,18	4,62	2,65	0,06	7,8	0	0	8,4	3,6	0	0,2	
Борщ со сметаной	250/10	1,83	4,9	15,75	154,3	0,15	15,2	75	2,8	105	278	70	20	
Жаркое по-домашнему	200	16,92	13,08	18,26	368,2	0,07	23,33	29,5	-	139,5	225	50,5	41,67	
Кисель из ягод (замороженных или свежих)	200	0,16	0,08	27,5	135,6	0,02	0,49	0,01	0	0,03	83,1	11,4	0,6	
Хлеб пшеничный	20	3,16	0,4	14,49	50	0,04	-	-	0,36	9,2	42,4	10	1,24	
Хлеб ржаной	30	2,24	0,44	19,76	30	0,16	0	0	1,2	14,4	63,2	19,2	1,6	
Итого	770	25,42	25,08	100,4	740,8	0,5	46,82	104,51	4,36	268,13	695,3	161,1	62,31	
Пятница														
Салат из моркови с яблоками с р/м	60	1,72	1,41	16,71	2,15	0,02	24,43	-	2,31	43	28,32	16	0,52	
Суп рыбный	250	2,45	8,28	13,13	135	0,5	2,25	17,5	0,25	40	220	17,5	0,8	
Котлета рубленая (мясо или птица), запеченная с соусом молочным	100	6,16	10,88	10,8	214,7	0,06	0	0,02	0,025	7,9	146,5	15,8	2,2	
Каша гречневая рассыпчатая	150	8,9	4,1	19,84	187,2	0,026	0	0,012	0,01	23,3	119,5	0,1	2,3	
Компот из плодов сухих (шиповник)	200	0,4	0,27	7,2	123,5	0,03	1	-	1	40,48	36,6	26,2	0,86	
Хлеб пшеничный	20	3,16	0,4	14,49	50	0,18	0	0	1,4	4,7	15,7	15,7	3,9	
Хлеб ржаной	30	2,24	0,44	19,76	30	0,03	1,47	-	-	158,67	132	29,33	2,4	
Итого	810	25,03	25,78	101,9	742,6	0,846	29,15	17,53	4,9	318,05	698,62	120,63	12,98	
Норма		20-25	20-25	80-100	600-750									