

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ИЙСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»

668532, Республика Тыва, Тоджинский кожуун, с. Ий, ул. Советская 15, э/я:
tyva_school_183@mail.ru

ПРИКАЗ

«29» августа 2020 г.

65/2

Об утверждении варианта типового десятидневного меню для обучающихся начальных классов (возраст 7-11 лет)

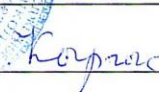
В целях реализации Послания Президента Российской Федерации В.В. Путина Федеральному Собранию Российской Федерации от 15 января 2020 г., на основании распоряжения Правительства Республики Тыва от 3 июля 2020 г. 3274-р «Об утверждении плана мероприятий («дорожной карты») по организации бесплатного питания обучающихся, получающих начальное общее образование в государственных и муниципальных образовательных организациях Республики Тыва, обеспечивающих охват 100% от числа таких обучающихся в указанных образовательных организациях» и на основании приказа Министерства образования и науки Республики Тыва от «12» августа 2020 г. №724-д «Об утверждении варианта типового десятидневного меню для обучающихся начальных классов общеобразовательных организаций Республики Тыва (возраст 7-11 лет), ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Утвердить прилагаемый вариант типового десятидневного меню для обучающихся начальных классов МБУ Ийской СОШ (возраст 7-11 лет).
2. Заместителю директора по ВР Кашпыина С.Б. довести настоящий приказ до сведения работников пищеблока, классных руководителей 1-4 классов.
3. Контроль за исполнением настоящего приказа оставляю за собой.

Директор школы:  /Куулар А.Э./

С приказом ознакомлены:  /Кол Д.Т./

 /Бичиш Ч.Г./

 /Кыргыз Е.А./



«Согласовано»

Мед.сестра школы:  /Монгул-оол А.А/

«29» августа 2020г

«Утверждено»

Директор школы:  /Куулар А.Э/

«29» августа 2020г



Примерное меню 10-дневное МБУ Ийской СОШ

Выход в гр	Наименование блюда	№ рец.	Энер.ценность (ккал)	Пищевые вещества			Витамины			Минеральные вещества			
				Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Са	Р	Mg	Fe
1 день													
60гр	Салат из белокачанной капусты	45М	51,54	0,85	3,05	5,19	0,01	20,97	0,00	26,80	14,83	7,90	0,32
250гр	Суп рыбный	87	167,25	8,61	8,40	14,34	0,10	9,11	15,00	45,30	176,53	47,35	1,26
200гр	Морковь тушенная с яблоками	320М	95,555	1,406	3,911	13,073	0,069	9,4	20	37,02	57,14	38,83	1,753
80гр	Котлеты из говядины	608	183,00	12,44	9,24	12,56	0,08	0,12	23,00	35,00	133,10	25,70	1,20
200гр	Компот из сухофруктов	868	94,20	0,04	0,00	24,76	0,01	1,08	0,00	6,40	0,00	3,6	0,18
	Соус томатный	833	47,34	0,77	2,24	6,09	0,02	1,60	0,01	7,05	13,15	5,34	0,21
20гр	Хлеб пшеничный		64	2,2	0,4	13	0,06			9,9	58,2	17,1	1,35
Итого за 1 день:			702,885	26,316	27,241	89,013	0,349	42,28	58,01	167,47	452,55	172,92	6,273
2 день													
60гр	Салат из свеклы	33	56,34	0,86	3,65	5,02	0,01	5,70	0,00	21,09	24,58	12,54	0,80
250гр	Суп гороховый	206	104,75	2,69	2,84	17,14	0,11	8,25	0,00	24,60	66,65	27,00	1,09
150гр	Картофель в молоке	694	137,25	3,06	4,80	20,45	0,14	18,17	25,50	36,98	86,60	27,85	1,01
200гр	Сок фруктовый	859	110,0	0,20	0,20	22,30	0,20	0,00	0,00	12,00	2,4	0,00	0,80
15гр	Сыр порционный	42	54,60	3,48	4,43	0,00	0,01	0,11	39,00	132,00	75,00	5,25	0,15
20гр	Хлеб пшеничный		64	2,2	0,4	13	0,06			9,9	58,2	17,1	1,35
Итого за 2 день:			526,94	12,49	16,32	77,91	0,39	32,23	64,5	236,57	313,43	89,74	5,2

3 день													
60гр	Помидоры свежие	71	21	1	0,4	2,3	0,00	5	0,00	11,5	0,00	7	0,3
250гр	Борщ	170	82,0	1,45	3,93	10,02	0,04	8,23	0,00	35,50	42,58	21,00	0,95
	Гуляш из говядины	591	168,20	19,72	17,89	4,76	0,17	1,28	0,00	24,36	26,01	194,69	2,32
150гр	Каша гречневая рассыпчатая	679	230,45	7,46	5,61	35,84	0,18	0,00	0,02	12,98	208,5	67,50	3,95
200гр	Компот из яблок	859	110,0	0,20	0,20	22,30	0,20	0,00	0,00	12,0	2,4	0,00	0,80
20гр	Хлеб пшеничный		64	2,2	0,4	13	0,06			9,9	58,2	17,1	1,35
Итого за 3 день:			675,65	32,02	28,43	88,22	0,65	14,51	0,02	106,24	337,24	307,29	9,67
4 день													
250гр	Суп овощной с мясом	145К	86,926	3,442	3,877	9,419	0,067	10,1	7,45	12,49	54,553	18,175	0,714
200гр	Сырники со сметаной	219М	374,51	24,192	16,788	30,532	0,186	0,85	98,85	278,875	330,74	38,44	0,803
150гр	Макароны отварные с сыром	4,21	281,3	9,67	10,19	41,36	0,009	0,23	4,52	161,03	148,95	18,33	1,13
60гр	Огурец свежий	71	21	1	0,4	2,3	0,00	5	0,00	11,5	0,00	7	0,3
	Банан с сахаром												
200гр	Компот из сухофруктов	868	94,20	0,04	0,00	24,76	0,01	1,08	0,00	6,40	0,00	3,6	0,18
20гр	Хлеб пшеничный		64	2,2	0,4	13	0,06			9,9	58,2	17,1	1,35
Итого за 4 день:			921,936	40,544	31,655	121,371	0,332	17,26	110,82	473,861	592,443	102,645	4,477
5 день													
60гр	Салат из моркови с яблоками	38	40,40	1,08	0,18	8,62	0,005	6,25	0,00	24,28	44,00	30,75	1,08
250гр	ПЦи	187	67,80	1,4	3,91	6,79	0,05	14,74	0,00	34,66	38,1	17,8	0,64
	Омлет с мясом	224М	274,049	16,19	22,225	2,306	0,077	0,21	220	87,95	231,669	20,798	2,718
150гр	Картофель с сметанном	151М	196,636	5,124	7,242	27,414	0,222	29,254	43,2	75,96	123,85	38	1,516

	соусе												
200гр	Сок натуральный	859	110,0	0,20	0,20	22,30	0,20	0,00	0,00	12,00	2,4	0,00	0,80
20гр	Хлеб пшеничный		64	2,2	0,4	13	0,06			9,9	58,2	30,75	1,08
Итого за 5 день :			752,885	26,194	34,157	80,43	0,614	50,454	263,2	244,75	498,219	138,098	7,834
6 день													
60гр	Салат из свеклы	33	56,34	0,86	3,65	5,02	0,01	5,70	0,00	21,09	24,58	12,54	0,80
250гр	Суп картофельный с мясом	103М	107,6	2,593	2,414	18,788	0,107	14,95	1,137	16,214	57,986	21,909	0,911
80гр	Котлета рыбная	255	107,00	10,64	3,70	7,67	0,07	0,34	21,00	42,70	146,80	24,00	0,59
150	Картофельное пюре	694	137,25	3,06	4,80	20,45	0,14	18,17	25,50	36,98	86,60	27,85	1,01
	Соус томатный	833	47,34	0,77	2,24	6,09	0,02	1,60	0,01	7,05	13,15	5,34	0,21
200гр	Компот из яблок	859	110,0	0,20	0,20	22,30	0,02	0,00	0,00	12,00	2,4	0,00	0,800
20гр	Хлеб пшеничный		64	2,2	0,4	13	0,06			9,9	58,2	30,75	1,08
Итого за 6 день:			629,53	20,323	17,404	93,318	0,427	40,76	47,647	235,034	389,716	122,389	5,401
7 день													
60гр	Винегрет с сельдью	69	54,96	0,81	3,70	4,61	0,03	7,95	0,00	20,13	24,10	12,81	0,53
250гр	Борщ	170	82,00	1,45	3,93	10,02	0,04	8,23	0,00	35,50	42,58	21,00	0,95
150гр	Рис отварной	161	161,0	2,32	3,96	28,97	0,02	0,00	20,00	4,70	50,600	16,400	0,36
	Гуляш	591	168,20	19,72	17,89	4,76	0,17	1,28	0,00	24,36	26,01	194,69	2,32
200гр	Сок натуральный	859	110,0	0,20	0,20	22,30	0,20	0,00	0,00	12,00	2,4	0,00	0,80
20гр	Хлеб пшеничный		64	2,2	0,4	13	0,06			9,9	58,2	12,81	0,53
Итого за 7 день			640,16	26,7	30,08	83,66	0,52	17,46	20	106,59	203,89	257,71	5,49
8 день													
60гр	Салат «Летний»	15	44,52	0,59	3,69	2,24	0,03	10,06	0,00	11,21	20,77	9,76	0,44
250гр	Суп картофельный с	103М	107,6	2,593	2,414	18,788	0,107	14,95	1,137	16,214	57,986	21,909	0,911

	мясом												
200гр	Плов	265M	410,67	21,09	21,626	32,852	0,109	4,25		21,47	254,71	49,76	3,283
200гр	Чай с молоком	945	86,00	1,40	1,60	16,40	0,02	0,00	0,08	33,00	67,50	10,50	0,40
20гр	Хлеб пшеничный			2,2	0,4	13	0,06			9,9	58,2	12,81	0,53
Итого за 8 день:			712,79	27,873	29,73	83,28	0,326	29,26	1,217	91,794	459,166	104,139	5,564
9 день													
60гр	Икра кабачковая	50	73,20	1,20	5,40	5,10	0,01	4,20		24,60	22,20	9,00	0,42
250гр	Щи из свежей капусты	110105	30,54	0,80	1,52	3,37	0,02	7,82		61,47		8,39	0,29
	Гуляш	591	168,20	19,72	17,89	4,76	0,17	1,28	0,00	24,26	26,01	194,69	2,32
150гр	Макароны отварные	688	168,45	5,52	4,52	26,45	0,06	0,00	21,00	4,86	37,17	21,12	1,11
200гр	Компот из яблок	859	110,0	0,20	0,20	22,30	0,20	0,00	0,00	12,00	2,4	0,00	0,80
20гр	Хлеб пшеничный		64	2,2	0,4	13	0,06			9,9	58,2	12,81	0,53
Итого за 9 день:			446,19	29,64	29,93	74,98	0,52	13,3	21	136,71	145,98	246,01	5,47
10 день													
60гр	Винегрет	67	54,96	0,81	3,70	4,61	0,03	7,95	0,00	20,13	24,10	12,81	0,53
250гр	Суп крестьянский	110322	49,47	1,05	2,55	5,54	0,03	6,26		55,77		8,78	0,32
80гр	Тефтели рыбные	255	107,00	10,64	3,76	7,67	0,07	0,34	21,00	42,70	146,8	24,00	0,53
150гр	Картофельное пюре	694	137,25	3,06	4,80	20,45	0,14	18,17	25,50	36,98	86,60	27,85	1,01
200гр	Сок фруктовый	160223	46,0	1,00	0,10	10,10	0,01	2,00		7,00		4,00	1,40
15гр	Сыр порция	42	54,60	3,48	4,43	0,00	0,01	0,11	39,00	132,00	75,00	5,25	0,15
20 гр	Хлеб пшеничный		64	2,2	0,4	13	0,06			9,9	58,2	12,81	0,53
Итого за 10 день:			513,28	22,24	19,74	61,37	0,35	34,83	85,5	304,48	390,7	95,5	4,47