



**МИНИСТЕРСТВО
ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ
РЕСПУБЛИКИ
СЕВЕРНАЯ ОСЕТИЯ – АЛАНИЯ**

**РЕСПУБЛИКÆ
ЦÆГÆТ ИРЫСТОН – АЛАНИЙЫ
АХУЫРАД ÆМÆ НАУКÆЙЫ
МИНИСТРАД**

ОГРН 1051500416417, ИНН 1515906542
362040, Владикавказ, ул. Бутырина, 7,
тел.: (8672) 29-15-15, тел/факс: (8672) 53-65-64,
e-mail: info@mon.alania.gov.ru

на № _____ от _____ 2021 г.

№ 1345 от 01.09 2021 г.

Руководителям органов местного самоуправления, осуществляющих управление в сфере образования

Руководителям государственных общеобразовательных организаций

Министерство образования и науки Республики Северная Осетия - Алания направляет единое 10-дневное меню для государственных и муниципальных общеобразовательных организаций Республики Северная Осетия-Алания для организации бесплатного горячего питания обучающихся 1-4 классов, разработанное в соответствии с требованиями **СанПиН 2.3/2.4.3590-20**, отражающее нормы физиологических потребностей детей младшего школьного возраста, для использования в работе.

Просим довести данную информацию до сведения руководителей подведомственных общеобразовательных организаций.

Приложение: на 4 листах в 1 экз.

Заместитель Министра

А. Аликов

УТВЕРЖДЕНО



Временно исполняющий обязанности Министра
образования и науки Республики Северная Осетия-
Алания

Алибекова Э.М.

30 августа 2021г

Единое 10-дневное меню для государственных и муниципальных общеобразовательных организаций Республики Северная Осетия - Алания, для организации бесплатного горячего питания обучающихся 1-4 классов, обучающихся в первую смену

День: понедельник-пятница

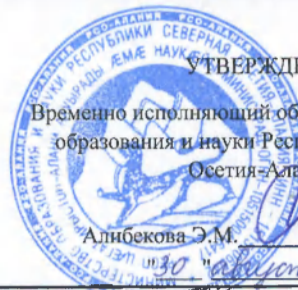
Неделя: первая

Сезон: осенне-зимний

Возрастная категория: 7 - 11 лет

№ п/п	Номер рецептуры №	Наименование блюда	Масса порции, г	Цена	Пищевая ценность (г)			Энергетическая ценность (ккал)
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
1	2	3	4	5	6	7	8	9
День 1	14	Масло сливочное	10	8,00	0,05	7,25	0,08	65,77
	Акт/304	Куриное филе с соусом «Карри» и	90/60/150	51,50	15,34	14,99	25,11	296,71
	388	Напиток из шиповника	200	10,50	0,68	0,26	20,76	88,10
		Хлеб пшеничный	20	1,00	1,52	0,16	9,84	46,88
		Хлеб ржаной	20	1,00	1,32	0,24	6,68	34,16
		Итого:			72,00	18,91	22,90	62,47
		Соотношение 1:1:4						
День 2	15	Сыр полутвердый	20	12,00	4,64	3,93	0,00	53,93
	182	Каша гречневая молочная с маслом и	200/10/10	24,00	8,40	11,08	42,30	302,52
		Хлеб пшеничный	20	1,00	1,52	0,16	9,84	46,88
		Хлеб ржаной	20	1,00	1,32	0,24	6,68	34,16
	382	Какао с молоком	200	14,00	3,80	3,90	25,80	153,50
		Зефир	25	7,00	0,20	0,03	19,95	80,83
	338	Банан	100	13,00	1,50	0,50	21,00	94,50
	Итого:			72,00	21,38	19,84	125,57	766,32
		Соотношение 1:1:4						
День 3	410	Ватрушка с творогом	75	16,00	8,26	7,24	27,20	207,00
	Акт /171	Тефтели из индейки с соусом	90/40/150	45,03	13,14	8,66	35,28	271,62
		Хлеб пшеничный	20	1,00	1,52	0,16	9,84	46,88
		Хлеб ржаной	20	1,00	1,32	0,24	6,68	34,16
	376	Чай смородиново-яблочный	200	8,97	0,42	0,18	29,80	122,50
		Итого:			72,00	24,66	16,48	108,80
		Соотношение 1:1:4						
День 4	15	Сыр полутвердый	20	12,00	4,64	3,93	0,00	53,93
	280/105	Тефтели из говядины с соусом красным	90/60/150	47,00	14,14	14,09	42,08	351,69
		Хлеб пшеничный	20	1,00	1,52	0,16	9,84	46,88
		Хлеб ржаной	20	1,00	1,32	0,24	6,68	34,16
	377	Чай с сахаром и лимоном	180/12/7	4,00	0,13	0,02	12,20	49,50
		Зефир	25	7,00	0,20	0,03	18,95	76,87
	Итого:			72,00	21,95	18,47	89,75	613,03
		Соотношение 1:1:4						
День 5	15	Сыр полутвердый	15	9,00	3,48	2,95	0,00	40,47
	234 /128	Биточки рыбные в томатном соусе и	90/40/150	50,50	13,87	16,70	35,23	346,70
	388	Напиток из шиповника	200	10,50	0,68	0,26	20,76	88,10
		Хлеб пшеничный	20	1,00	1,52	0,16	9,84	46,88
		Хлеб ржаной	20	1,00	1,32	0,24	6,68	34,16
	Итого:			72,00	20,87	20,31	72,51	556,31

		Соотношение 1:1:4						
		Итого в среднем за первую неделю		72,00	21,55	19,60	91,82	629,89
		Соотношение 1:1:4 в среднем за неделю			1,02	1,04	4	
День: понедельник-пятница								
Неделя: вторая								
Сезон: осенне-зимний								
Возрастная категория: 7 - 11 лет								
День 6	15	Сыр полутвердый	15	9,00	3,48	2,95	0,00	40,47
	280/171	Тефтели из говядины с соусом красным	90/60/150	47,00	15,85	12,65	46,39	362,81
	382	Какао с молоком	200	14,00	3,80	3,90	25,80	153,50
		Хлеб пшеничный	20	1,00	1,52	0,16	9,84	46,88
		Хлеб ржаной	20	1,00	1,32	0,24	6,68	34,16
		Итого:		72,00	25,97	19,90	88,71	637,82
		Соотношение 1:1:4						
День 7	14	Масло сливочное	10	8,00	0,05	7,25	0,08	65,77
	Акт /105	Куриное филе с соусом «Карри» и	90/60/150	58,00	18,68	11,89	35,12	322,21
	377	Чай с сахаром и лимоном	180/12/7	4,00	0,13	0,02	12,20	49,50
		Хлеб пшеничный	20	1,00	1,52	0,16	9,84	46,88
		Хлеб ржаной	20	1,00	1,32	0,24	6,68	34,16
		Итого:		72,00	21,70	19,56	63,92	518,52
		Соотношение 1:1:4						
День 8	14	Масло сливочное	12	10,00	0,06	7,50	0,10	68,14
	234 /128	Биточки рыбные в томатном соусе и	90/40/150	49,00	13,87	16,70	35,23	346,70
	377	Чай с сахаром и лимоном	180/12/7	4,00	0,13	0,02	12,20	49,50
		Хлеб пшеничный	20	1,00	1,52	0,16	9,84	46,88
		Хлеб ржаной	20	1,00	1,32	0,24	6,68	34,16
		Зефир	25	7,00	0,20	0,03	18,95	76,87
		Итого:		72,00	17,10	24,65	83,00	622,25
	Соотношение 1:1:4							
День 9	209	Яйцо вареное с икрой кабачковой	1 шт./60	18,50	5,80	7,42	4,90	109,58
	182	Каша рисовая молочная с сахаром и	200/10/10	21,30	5,60	10,20	42,80	285,40
		Йогурт питьевой	1 шт	30,20	6,15	2,25	8,85	80,25
		Хлеб пшеничный	20	1,00	1,52	0,16	9,84	46,88
		Хлеб ржаной	20	1,00	1,32	0,24	6,68	34,16
		Итого:		72,00	20,39	20,27	73,07	556,27
		Соотношение 1:1:4						
День 10	15	Сыр полутвердый	15	9,00	3,48	2,95	0,00	40,47
	219	Сырники из творога с молоком	150/40	59,50	21,00	17,00	34,30	374,20
		Хлеб пшеничный	30	1,50	2,28	0,24	14,76	70,32
	376	Чай с сахаром	200/15	2,00	0,07	0,02	15,00	60,46
		Итого:		72,00	26,83	20,21	64,06	545,45
		Соотношение 1:1:4						
Итого в среднем за вторую неделю				72,00	22,40	20,92	74,55	576,06
Соотношение 1:1:4 в среднем за неделю					1,1	1,06	3,8	
Примечание: Расчет сырья, выхода готовых блюд произведен по Сборнику рецептов на продукцию для								



УТВЕРЖДЕНО
 Временно исполняющий обязанности Министра
 образования и науки Республики Северная
 Осетия-Алания
 Алибекова Э.М.
 от 30 ноября 2021г

Единое 10-дневное меню для государственных и муниципальных общеобразовательных организаций Республики Северная Осетия - Алания, для организации бесплатного горячего питания обучающихся 1-4 классов, обучающихся во вторую смену

День: понедельник-пятница

Неделя: первая

Сезон: осенне-зимний

Возрастная категория: 7 - 11 лет

№ п/п	Номер рецептуры №	Наименование блюда	Масса порции, г	Цена	Пищевая ценность (г)			Энергетическая ценность (ккал)
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
1	2	3	4	5	6	7	8	9
День 1	20	Салат из свежих огурцов	60	5,00	0,50	3,61	2,74	45,45
	82	Борщ со свежей капустой и картофелем и сметаной	200/5	8,50	1,49	3,40	10,13	77,08
	Акт/304	Куриное филе с соусом «Карри» и рисом отварным	90/60/150	51,50	15,34	9,51	25,11	247,39
	377	Чай с сахаром и лимоном	180/12/7	4,00	0,13	0,02	12,20	49,50
		Хлеб пшеничный	60	3,00	4,56	5,85	29,52	188,97
		Итого:		72,00	22,02	22,39	79,70	608,39
		Соотношение 1:1:4						
День 2	Акт № 105	Салат из картофеля, кукурузы консерв., огурца соленого, моркови.	60	14,00	0,74	0,06	7,07	31,78
	102	Суп картофельный с горохом и зеленью	200	6,47	4,22	4,40	15,20	117,28
	295 /203	Котлета куриная с макаронами отварными и маслом сливочным	90/150/5	40,53	14,10	12,75	41,05	335,35
	349	Компот из смородины	200	8,00	0,62	0,09	3,21	16,13
		Хлеб пшеничный	60	3,00	4,56	5,85	29,52	188,97
		Итого:		72,00	24,24	23,15	96,05	689,51
		Соотношение 1:1:4						
День 3	45	Салат из белокочанной капусты	100	7,96	1,60	5,10	9,40	89,90
	102	Суп картофельный с фасолью и зеленью	200	9,01	4,39	4,22	15,20	116,34
	Акт /171	Тефтели из индейки с соусом томатным и кашей гречневой	90/40/150	45,03	13,14	8,66	35,28	271,62
	342	Компот из свежих яблок	180	7,00	0,16	0,16	27,88	113,60
		Хлеб пшеничный	60	3,00	4,56	5,85	29,52	188,97
		Итого:		72,00	23,85	23,99	117,28	780,43
		Соотношение 1:1:4						
День 4	20	Салат из свежих огурцов	60	5,00	0,50	3,61	2,74	45,45
	108	Суп картофельный с клецками, сметаной и зеленью	200/5	9,00	2,85	3,67	15,03	104,55
	280/105	Тефтели из говядины с соусом красным основным и макаронами отварными	90/60/150	47,00	14,14	14,09	42,08	351,69
	349	Компот из смородины	200	8,00	0,62	0,09	3,21	16,13
		Хлеб пшеничный	60	3,00	4,56	5,85	29,52	188,97
		Итого:		72,00	22,67	27,31	92,58	706,79
		Соотношение 1:1:4						
День 5	48	Салат витаминный /1 вариант/	60	6,00	0,95	3,64	2,86	48,00
	88	Щи со свежей капустой и картофелем, сметаной	200/5	8,50	1,59	4,05	13,62	97,29

