



# МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РЕСПУБЛИКИ ДАГЕСТАН

## ПРИКАЗ

«17» 02 2023 г.

№ 02-02-2-143/23

### О внесении изменений в приложение к приказу Министерства образования и науки Республики Дагестан от 30 декабря 2022 года № 09-02-1516/22

Во исполнение Перечня мероприятий по организации бесплатного горячего питания обучающихся, получающих начальное общее образование в государственных и муниципальных образовательных организациях, обеспечивающих охват 100 процентов от числа таких обучающихся в указанных образовательных организациях Республики Дагестан (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 2014 года № 350 «Вопросы Министерства образования и науки Республики Дагестан»

### ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Внести в приложение к приказу Министерства образования и науки Республики Дагестан от 30 декабря 2022 года № 09-02-1516/22 «Об утверждении единого примерного десятидневного циклического меню для обучающихся 7-11 лет в общеобразовательных организациях, расположенных на территории Республики Дагестан, на 2023 год» изменение, изложив его в новой редакции согласно приложению.

2. Отделу сопровождения государственных программ (Шейдабеков М.М.) довести настоящий приказ до подведомственных Минобрнауки РД общеобразовательных учреждений и муниципальных органов управления образованием Республики Дагестан в срок до 8 февраля 2023 года.

3. Контроль за исполнением настоящего приказа оставляю за собой.

Министр

Я. Бучаев

Приложение  
к приказу министерства образования и науки  
Республики Дагестан

от 08.02.2023 № 02-02-2-143/23

**Примерное меню на 10 дней для первой смены**

Рацион: Первая смена 2023

День: понедельник

Сезон: 01.01-12.31 (Все)

Возрастная

категория 7-11

Неделя: 1

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша молочная пшеничная	200	6	8	29	220	21	116
	Какао с молоком	200	4	5	18	123	2	266
	Банан	100	2	1	21	96	10	231
	Хлеб ржаной	10	1		3	26		
	Бутерброд с сыром	50	5	7	15	157		3
<b>Итого за Завтрак</b>			18	21	86	622	33	
<b>Итого за день</b>			18	21	86	622	33	

Примерное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд (лист 2)

Рацион: Первая смена 2023

День: вторник

Сезон: 01.01-12.31 (Все)

Возрастная

категория 7-11

Неделя: 1

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Гуляш из говядины	90	14	14	2	190	2	175
	Каша гречневая рассыпчатая	150	9	6	39	243		114
	Компот из плодов свежих (яблоки)	200			28	114	4	236
	Хлеб пшеничный	30	2		14	80		
	Хлеб ржаной	10	1		3	26		
	Овощи натуральные свежие	40		2	1	5	2	54
<b>Итого за Завтрак</b>			26	22	87	658	8	
<b>Итого за день</b>			26	22	87	658	8	

Примерное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд (лист 3)

Рацион: Первая смена 2023

День: среда

Сезон: 01.01-12.31 (Все)

Возрастная

категория 7-11

Неделя: 1

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша молочная ячневая	200	8	10	40	240	26	116
	Какао с молоком	200	4	5	18	123	2	266
	Яблоки	100			10	47	10	231
	Бутерброд с маслом	35	2	4	15	115		1



Хлеб ржаной	10	1		3	26		
Печенье	40	3	4	30	167	22	
Итого за Завтрак		18	23	116	718	60	
Итого за день		18	23	116	718	60	

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 4)

Рацион: Первая смена 2023

День: четверг

Сезон: 01.01-12.31 (Все)

Возрастная

категория 7-11

Неделя: 1

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Курица, тушенная в соусе	90	14	17	7	168		198
	Пюре картофельное	150	3	4	22	173	25	91
	Сок фруктовый	200	1		20	104	8	271
	Хлеб пшеничный	30	2		14	80		
	Хлеб ржаной	10	1		3	26		
	Салат из свеклы	60	3	4	6	56	5	38
Итого за Завтрак			24	25	72	607	38	
Итого за день			24	25	72	607	38	

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 5)

Рацион: Первая смена 2023

День: пятница

Сезон: 01.01-12.31 (Все)

Возрастная

категория 7-11

Неделя: 1

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Суп молочный с крупой	250	7	7	7	182	5	87
	Какао с молоком	200	4	5	18	123	2	266
	Яйца вареные	40	5	5		63		143
	Яблоки	100			10	47	10	231
	Хлеб ржаной	10	1		3	26		
	Бутерброд с сыром	50	5	7	15	157		3
Итого за Завтрак			22	24	53	598	17	
Итого за день			22	24	53	598	17	

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 6)

Рацион: Первая смена 2023

День: понедельник

Сезон: 01.01-12.31 (Все)

Возрастная

категория 7-11

Неделя: 2

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша молочная манная	200	6	8	26	195	2	117
	Какао с молоком	200	4	5	18	123	2	266
	Яблоки	100			10	47	10	231
	Бутерброд с сыром	50	5	7	15	157		3
	Хлеб ржаной	10	1		3	26		
	Пряник промышленного производства	40	1	25	12	187		0,15
Итого за Завтрак			17	45	84	735	14	
Итого за день			17	45	84	735	14	

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 7)

Рацион: Первая смена 2023

День: вторник

Сезон: 01.01-12.31 (Все)

Возрастная

категория 7-11

Неделя: 2

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
<b>Завтрак</b>								
	Каша гречневая рассыпчатая	150	9	6	39	243		114
	Гуляш из говядины	90	14	14	2	190	2	175
	Компот из плодов свежих (яблоки)	200			28	114	4	236
	Хлеб пшеничный	30	2		14	80		
	Хлеб ржаной	10	1		3	26		
	Овощи натуральные свежие	60		4	2	7	3	54
<b>Итого за Завтрак</b>			26	24	88	660	9	
<b>Итого за день</b>			26	24	88	660	9	

Примерное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд (лист 8)

Рацион: Первая смена 2023

День: среда

Сезон: 01.01-12.31 (Все)

Возрастная категория 7-11

Неделя: 2

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
<b>Завтрак</b>								
	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5	9	30	213		137
	Сосиска отварная	90	9	15	1	202		168
	Компот из смеси сухофруктов	200	1		31	130	1	241
	Хлеб пшеничный	30	2		14	80		
	Хлеб ржаной	10	1		3	26		
	Салат из тертой моркови	60	1	3	4	47	1	42
<b>Итого за Завтрак</b>			19	27	83	698	2	
<b>Итого за день</b>			19	27	83	698	2	

Примерное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд (лист 9)

Рацион: Первая смена 2023

День: четверг

Сезон: 01.01-12.31 (Все)

Возрастная категория 7-11

Неделя: 2

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
<b>Завтрак</b>								
	Плов из курицы	180	19	19	28	275	4	199
	Компот из смеси сухофруктов	200	1		31	130	1	241
	Яблоки	100			10	47	10	231
	Хлеб пшеничный	30	2		14	80		
	Хлеб ржаной	10	1		3	26		
	Овощи натуральные свежие	60		4	2	7	3	54
	Йогурт фруктовый	95	5	3	4	63	1	0,06
<b>Итого за Завтрак</b>			28	26	92	628	19	
<b>Итого за день</b>			28	26	92	628	19	

Примерное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд (лист 10)

Рацион: Первая смена 2023

День: пятница

Сезон: 01.01-12.31 (Все)

Возрастная категория 7-11

Неделя: 2

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
------------	--------------------	-------------	----------------------	--	--	--------------------------------	-----------	-------------



		Б	Ж	У				
Завтрак	Каша молочная овсянная	150	5	6	24	172	16	117
	Чай с сахаром	200			10	43	3	261
	Сырники	100	16	13	18	247		150
	Яблоки	100			10	47	10	231
	Хлеб пшеничный	30	2		14	80		
	Хлеб ржаной	10	1		3	26		
	Итого за Завтрак		24	19	79	615	29	
Итого за день		24	19	79	615	29		
Итого за период		222	256	840	6539	229		
Среднее значение за период		22,2	25,6	84	653,9	22,9		
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности		14	35	51				

### Примерное меню на 10 дней для второй смены

Рацион: Вторая смена 2023

День: понедельник

Сезон: 01.01-12.31 (Все)

Возрастная

категория 7-11

Неделя: 1

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед	Суп с изделиями макаронными	250	3	3	23	122	2	85
	Курица, тушенная в соусе	90	14	17	7	168		198
	Каша гречневая рассыпчатая	150	9	6	39	243		114
	Кисель	200			24	103		242
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	133		
	Хлеб ржаной	20	1		7	52		
Итого за Обед			31	27	124	821	2	
Итого за день			31	27	124	821	2	

### Примерное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд (лист 2)

Рацион: Вторая смена 2023

День: вторник

Сезон: 01.01-12.31 (Все)

Возрастная

категория 7-11

Неделя: 1

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед	Суп гороховый	250	5	3	22	131	12	78
	Жаркое по-домашнему	170	19	19	20	330	25	174
	Компот из смеси сухофруктов	200	1		31	130	1	241
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	133		
	Хлеб ржаной	20	1		7	52		
	Яблоки	100			10	47	10	231
Итого за Обед			30	23	114	823	48	
Итого за день			30	23	114	823	48	

### Примерное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд (лист 3)

Рацион: Вторая смена 2023

День: среда

Сезон: 01.01-12.31 (Все)

Возрастная

категория 7-11

Неделя: 1

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
------------	--------------------	-------------	----------------------	--	--	--------------------------------	-----------	-------------

		Б	Ж	У				
Обед	Борщ	250	3	5	8	94	19	62
	Фрикадельки из кур	90	15	8	7	160	2	200
	Каша перловая рассыпчатая	150	3	2	20	118		114
	Компот из смеси сухофруктов	200	1		31	130	1	241
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	133		
	Хлеб ржаной	20	1		7	52		
Итого за Обед			27	16	97	687	22	
Итого за день			27	16	97	687	22	

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 4)

Рацион: Вторая смена 2023

День: четверг

Сезон: 01.01-12.31 (Все)

Возрастная категория 7-11

Неделя: 1

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед	Суп фасолевый с овощами	250	2	3	5	135	11	75
	Рыба припущенная	90	23	6	5	255		157
	Пюре картофельное	150	3	4	22	173	26	91
	Компот из плодов свежих (яблоки)	200			28	114	4	236
	Салат из капусты с горошком	60	1	5	5	52	14	35
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	133		
	Хлеб ржаной	20	1		7	52		
Итого за Обед			34	19	96	914	54	
Итого за день			34	19	96	914	54	

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 5)

Рацион: Вторая смена 2023

День: пятница

Сезон: 01.01-12.31 (Все)

Возрастная категория 7-11

Неделя: 1

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед	Суп перловый	250	2	5	10	121	7	73
	Помидоры свежие	40			2	10	10	54
	Плов с говядиной	150	18	18	24	337	2	179
	Компот из смеси сухофруктов	200	1		31	130	1	241
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	133		
	Хлеб ржаной	20	1		7	52		
Итого за Обед			26	24	98	783	20	
Итого за день			26	24	98	783	20	

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 6)

Рацион: Вторая смена 2023

День: понедельник

Сезон: 01.01-12.31 (Все)

Возрастная категория 7-11

Неделя: 2

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед	Суп рисовый	250	5	7	12	140	6	78
	Курица тушенная в соусе	90	14	17	7	168		198



Макаронные изделия отварные с маслом	150	5	9	30	213		137
Компот из смеси сухофруктов	200	1		31	130	1	241
Яблоки	100			10	47	10	231
Хлеб пшеничный	50	4	1	24	133		
Хлеб ржаной	20	1		7	52		
<b>Итого за Обед</b>		30	34	121	883	17	
<b>Итого за день</b>		30	34	121	883	17	

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 7)

Рацион: Вторая смена 2023

День: вторник

Сезон: 01.01-12.31 (Все)

Возрастная категория 7-11

Неделя: 2

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед	Суп чечевичный с овощами	250	2	3	5	127	11	78
	Котлеты из говядины	90	14	11	14	209	2	182
	Каша пшеничная рассыпчатая	150	6	6	26	220		114
	Компот из плодов свежих (яблоки)	200			28	114	4	236
	Салат из капусты с горошком	60	1	5	5	52	14	35
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	133		
	Хлеб ржаной	20	1		7	52		
<b>Итого за Обед</b>			28	26	108	907	31	
<b>Итого за день</b>			28	26	108	907	31	

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 8)

Рацион: Вторая смена 2023

День: среда

Сезон: 01.01-12.31 (Все)

Возрастная категория 7-11

Неделя: 2

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед	Щи из капусты свежей с картофелем	250	2	4	8	85	30	66
	Плов из курицы	150	16	16	24	229	4	199
	Огурцы консервированные без уксуса	60			1	8	3	53
	Компот из смеси сухофруктов	200	1		31	130	1	241
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	133		
	Хлеб ржаной	20	1		7	52		
	<b>Итого за Обед</b>			24	21	95	637	38
<b>Итого за день</b>			24	21	95	637	38	

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 9)

Рацион: Вторая смена 2023

День: четверг

Сезон: 01.01-12.31 (Все)

Возрастная категория 7-11

Неделя: 2

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед	Рассольник	250	2	5	10	121	7	73
	Рыба запеченная	90	17	4	3	123		160
	Пюре картофельное	150	3	4	22	173	25	91

Салат из свеклы	60	3	4	6	56	5	38
Компот из смеси сухофруктов	200	1		31	130	1	241
Хлеб пшеничный	50	4	1	24	133		
Хлеб ржаной	20	1		7	52		
<b>Итого за Обед</b>		31	18	103	788	38	
<b>Итого за день</b>		31	18	103	788	38	

Примерное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд (лист 10)

Рацион: Вторая смена 2023

День: пятница

Сезон: 01.01-12.31 (Все)

Возрастная

категория 7-11

Неделя: 2

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед	Суп гороховый	250	5	3	22	131	12	78
	Гуляш из говядины	90	14	14	2	190	2	175
	Каша гречневая рассыпчатая	150	9	6	39	243		114
	Компот из смеси сухофруктов	200	1		31	130	1	241
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	133		
	Хлеб ржаной	20	1		7	52		
<b>Итого за Обед</b>			34	24	125	879	15	
<b>Итого за день</b>			34	24	125	879	15	
<b>Итого за период</b>			295	232	1081	8122	285	
<b>Среднее значение за период</b>			29,5	23,2	108,1	812,2	28,5	
<b>Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности</b>			16	28	57			



Утверждаю:  
 Директор школы Мусабеков М.З./  
 Мусабеков М.З./  
 2023г.



**МБОУ «Меусишинская начальная школа-детский сад»**

Меню на неделю для обучающихся с «3» 04 2023г. по «8» 04 2023г.

Дата <u>03.04.23</u>		Выход
<b>Понедельник</b>		
1	Каши пшенично-овсян.	100
2	Какао	100
3	Хлеб	30
4	Бутерброд с маслом	40
5	Тренки	45

Дата <u>04.04.23</u>		Выход
<b>Вторник</b>		
1	Тулени из гов.	95
2	Каши гречневая расширенная	150
3	Каша из сахара	100
4	Хлеб пшеничный	60
5	Тренки	45

Дата <u>05.04.23</u>		Выход
<b>Среда</b>		
1	Каши молочная рисовая	100
2	Макар.	100
3	Бутерброд с мас.	40
4	Яблоки	100
5	Хлеб	30.

Дата <u>06.04.23</u>		Выход
<b>Четверг</b>		
1	Курица тушеная в соусе	90
2	Тюре картофеля	150
3	Сок фруктовый	100.
4	Хлеб пшеничный	60.
5	Овощи свежие.	

Дата <u>07.04.23</u>		Выход
<b>Пятница</b>		
1	Суп молочный	100
2	Какао с молоком	100
3	Бананы	100
4	Бутерброд с маслом	40
5		
6	Хлеб	30

Дата <u>08.04.23</u>		Выход
<b>Суббота</b>		
1	Каши манная молочная	100
2	Чай сладкий	100
3	Яблоки	100
4	Бутерброд с сыром	40
5	Ябло, тренки	60.

Повар школы: Ризванова Х.Р./ / Ризванова Х.Р./

Утверждаю:  
 Директор школы Мусабеков М.З. / Мусабеков М.З./  
 «10» 04 2023г. » \_\_\_\_\_ 2023г.



**МБОУ «Меусишинская начальная школа-детский сад»**

Меню на неделю для обучающихся с «10» 04 2023г. по «15» 04 2023г.

Дата <u>10.04.23</u>		Выход
Понедельник		
1	Каша пшеничная молочная	200
2	Какао с молоком	200
3	Хлеб	30
4	Бутерброд с сыром	40
5	Яблоки	100
6	Печенье	40

Дата <u>11.04.23</u>		Выход
Вторник		
1	Каша гречневая	150
2	Тунец из консерв.	95
4	Компот	200
5	Хлеб пшеничный	60
6	Овощи свежие	60

Дата <u>12.04.23</u>		Выход
Среда		
1	Макароны отварные	150
2	Сошика отварная	90
3	Компот из сухофрукт.	200
4	Хлеб	60
5	Сметана с творогом	100
6	Овощи свежие	60

Дата <u>13.04.23</u>		Выход
Четверг		
1	Телятина с курицей	480
2	Яблоки	100
3	Хлеб пшеничный	60
4	Овощи свежие	60
5	Пюре	100

Дата <u>14.04.23</u>		Выход
Пятница		
1	Суп молочный	200
2	Сок	150
3	Яблоко	1
4	Бананы	100
5	Бутерброд с мясом	40
6	Хлеб	30

Дата <u>15.04.23</u>		Выход
Суббота		
1	Каша молочная манная	200
2	Какао с молоком	200
3	Бананы	100
4	Бутерброд с сыром	40
5	Хлеб	30

Повар школы: Ризванова Х.Р. / Ризванова Х.Р./