



**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.

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

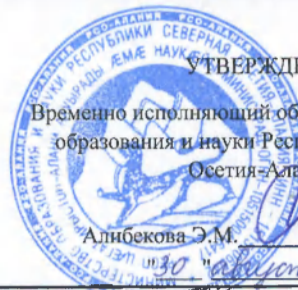
Неделя: первая

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 |

| | | | | | | | | |
|--|--------------------------|--|-----------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| | 234 /128 | Биточки рыбные в томатном соусе и пюре картофельным | 90/40/150 | 50,50 | 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 | 60 | 3,00 | 4,56 | 5,85 | 29,52 | 188,97 |
| | | Итого: | | 72,00 | 21,10 | 30,26 | 93,43 | 730,46 |
| | | Соотношение 1:1:4 | | | | | | |
| Итого в среднем за первую неделю | | | | 72,00 | 22,78 | 25,42 | 95,81 | 703,12 |
| Соотношение 1:1:4 в среднем за неделю | | | | | 0,9 | 1,06 | 4 | |
| День: понедельник-пятница | | | | | | | | |
| Неделя: вторая | | | | | | | | |
| Сезон: осенне-зимний | | | | | | | | |
| Возрастная категория: 7 - 11 лет | | | | | | | | |
| День 6 | 20 | Салат из свежих огурцов | 80 | 6,48 | 0,67 | 4,81 | 3,65 | 60,57 |
| | 112 | Суп картофельный с макаронными изделиями и зеленью | 200 | 7,52 | 2,05 | 2,20 | 12,55 | 78,20 |
| | 280/171 | Тефтели из говядины с соусом красным основным и кашей гречневой | 90/60/150 | 47,00 | 15,85 | 12,65 | 46,39 | 362,81 |
| | | Хлеб пшеничный | 60 | 3,00 | 4,56 | 5,85 | 29,52 | 188,97 |
| | 349 | Компот из смородины | 200 | 8,00 | 0,62 | 0,09 | 3,21 | 16,13 |
| | | Итого: | | 72,00 | 23,75 | 25,60 | 95,32 | 706,68 |
| | Соотношение 1:1:4 | | | | | | | |
| День 7 | 45 | Салат из белокочанной капусты | 60 | 5,00 | 0,96 | 3,06 | 5,64 | 53,94 |
| | 98 | Суп крестьянский с рисом | 200/5 | 4,00 | 1,78 | 5,30 | 10,33 | 96,14 |
| | Акт/202 | Куриное филе с соусом «Карри» и макаронами отварными | 90/60/150 | 58,00 | 18,68 | 11,89 | 35,12 | 322,21 |
| | 376 | Чай с сахаром | 200/15 | 2,00 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,46 |
| | | Хлеб пшеничный | 60 | 3,00 | 4,56 | 5,85 | 29,52 | 188,97 |
| | | Итого: | | 72,00 | 26,05 | 26,12 | 95,61 | 721,72 |
| | Соотношение 1:1:4 | | | | | | | |
| День 8 | 67 | Винегрет | 60 | 7,50 | 0,97 | 6,09 | 4,39 | 76,25 |
| | 88 | Щи со свежей капустой и картофелем, сметаной | 200/5 | 8,50 | 1,59 | 4,05 | 13,62 | 97,29 |
| | 234 /128 | Котлеты рыбные с томатным соусе пюре картофельным | 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 | 60 | 3,00 | 4,56 | 5,85 | 29,52 | 188,97 |
| | | Итого: | | 72,00 | 21,12 | 23,85 | 96,56 | 685,37 |
| | Соотношение 1:1:4 | | | | | | | |
| | | Икра кабачковая | 60 | 9,00 | 0,72 | 2,82 | 4,62 | 46,74 |
| | 102 | Суп картофельный с фасолью и зеленью | 200 | 9,01 | 4,39 | 4,22 | 15,20 | 116,34 |
| | Акт/304 | Тефтели из индейки с соусом томатным с рисом отварным | 90/40/150 | 40,49 | 15,55 | 17,85 | 35,15 | 363,45 |
| | | Хлеб пшеничный | 60 | 3,00 | 4,56 | 5,85 | 29,52 | 188,97 |
| | 388 | Напиток из шиповника | 200 | 10,50 | 0,68 | 0,26 | 20,76 | 88,10 |
| | | Итого: | | 72,00 | 25,90 | 31,00 | 105,25 | 803,60 |
| | | Соотношение 1:1:4 | | | | | | |
| День 10 | Акт № 105 | Салат из картофеля, кукурузы консерв., огурца соленого, моркови. | 60 | 14,00 | 0,74 | 0,06 | 7,07 | 31,78 |
| | 82 | Борщ со свежей капустой и картофелем и сметаной | 200/5 | 8,50 | 1,49 | 3,40 | 10,13 | 77,08 |
| | 280/171 | Котлета куриная с кашей пшеничной в томатном соусе | 90/40/150 | 39,50 | 13,95 | 9,52 | 38,26 | 294,52 |
| | 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 | 20,90 | 18,99 | 112,86 | 705,95 |
| | Соотношение 1:1:4 | | | | | | | |
| Итого в среднем за вторую неделю | | | | 72,00 | 23,54 | 25,11 | 101,12 | 724,66 |
| Соотношение 1:1:4 в среднем за неделю | | | | | 0,9 | 1,09 | 3,97 | |
| Примечание: Расчет сырья, выхода готовых блюд произведен по Сборнику рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях 2017 год. Фрукты включены по массе нетто. В блюдах используется исключительно йодированная соль. | | | | | | | | |