

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«САЯНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»

**12-дневное меню пришкольного интерната
на 2022-2023 учебный год**

Саяны, 2022



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ «Саянская СОШ»

Галсанова А.Д.

Приказ № 62/2 от 01 сентября 2022г.

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях, под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, Москва 2017

Меню горячего питания на 2023-2024 учебный год

День 1 (Понедельник)	Наименование блюда	Возраст детей	
		5-7 лет	8-14 лет
Завтрак	Каша манная	200	250
	Чай с молоком	200	200
	Масло сливочное	10	10
	Хлеб	40	50
Обед	Суп с изделиями макаронными на бульоне из мяса	250	300
	Капуста тушеная с мясом	250	300
	Кисель	200	200
	Хлеб	20	30
Ужин	Лапша отварная с гуляшом	250	300
	Какао	200	200
	Хлеб	20	30
Полдник	Печенье	20	30
	Чай с молоком	200	200



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ «Саянская СОШ»
Галсанова А.Д.
Приказ № 62/2 от 01 сентября 2022г.

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях, под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, Москва 2017

Меню горячего питания на 2023-2024 учебный год

День 2 (Вторник)	Наименование блюда	7-10 лет	11-17 лет
Завтрак 1	Каша рисовая	200	250
	Чай с сахаром	200	200
	Масло сливочное	10	10
	Хлеб с повидлом	40	50
Обед	Борщ сибирский на мясном бульоне	250	300
	Плов	250	300
	Кисель	200	200
	Хлеб	20	30
Ужин	Лапша отварная с гуляшом	250	300
	Какао	200	200
	Хлеб	20	30
Полдник	Рулет	20	30
	Чай с молоком	200	200



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ «Саянская СОШ»

Галсанова А.Д.

Приказ № 62/2 от 01 сентября 2022г.

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях, под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, Москва 2017

Меню горячего питания на 2023-2024 учебный год

День 3(Среда)	Наименование блюда	Выход блюда, г	
		7-11 лет	11-18 лет
Завтрак	Каша из кукурузы	200	250
	Чай с молоком	200	200
	Хлеб с повидлом	40	50
Обед	Суп Гороховый	250	300
	Картофельное пюре с гуляшом	250	300
	Компот из сухофруктов	200	200
	Хлеб	20	30
Ужин	Лапша отварная с гуляшом	250	300
	Чай с сахаром	200	200
	Хлеб с повидлом	40	50
Полдник	Яблоки		
	Чай с молоком	200	200



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ «Саянская СОШ»

Галсанова А.Д.

Приказ № 62/2 от 01 сентября 2022г.

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях, под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, Москва 2017

Меню горячего питания на 2023-2024 учебный год

День 4 (Четверг)	Наименование блюда	Выход блюда, г	
		7-11 лет	11-18 лет
Завтрак	Каша пшенная	200	250
	Чай с сахаром	200	200
	Масло сливочное	10	10
	Хлеб	40	50
Обед	Щи	250	300
	Гречка отварная с мясом	250	300
	Компот из сухофруктов	20	200
	Хлеб	20	30
Ужин	Плов	250	300
	Чай с молоком	200	200
	Хлеб с Повидлом	40	50
Полдник	Вафли		
	Чай с молоком	200	200



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ «Саянская СОШ»

Галсанова А.Д.

Приказ № 62/2 от 01 сентября 2022г.

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях, под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, Москва 2017

Меню горячего питания на 2023-2024 учебный год

День 5 (Пятница)	Наименование блюда	Выход блюда, г	
		7-11 лет	11-18 лет
Завтрак	Каша геркулесовая	200	250
	Чай с сахаром	200	200
	Хлеб с повидлом	40	50
Обед	Суп крестьянский с крупой перловой	250	300
	Капуста тушенная с мясом	250	300
	Компот из сухофруктов	200	200
	Хлеб	20	30
Ужин	Картофельное пюре с гуляшом	250	300
	Чай с молоком	200	200
	Хлеб	40	50
	Масло сливочное	10	10
Полдник	Рулет		
	Чай с молоком	200	200
	Хлеб	20	30



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ «Саянская СОШ»

Галсанова А.Д.

Приказ № 62/2 от 01 сентября 2022г.

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях, под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, Москва 2017

Меню горячего питания на 2023-2024 учебный год

День 6 (понедельник)	Наименование блюда	Выход блюда, г	
		7-11 лет	11-18 лет
Завтрак	Каша из пшена и риса молочная жидкая «Дружба»	200	250
	Чай с сахаром	200	200
	Хлеб со сгущенкой	40	50
Обед	Суп с изделиями макаронными на бульоне из мяса	250	300
	Капуста тушеная с мясом	250	300
	Кисель	200	200
	Хлеб	20	30
Ужин	Лапша отварная с гуляшом	250	300
	Чай с молоком	200	200
	Хлеб с повидлом	40	50
Полдник	Банан		
	Шиповник	200	200
	Хлеб	20	30



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ «Саянская СОШ»

Галсанова А.Д.

Приказ № 62/2 от 01 сентября 2022г.

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях, под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, Москва 2017

Меню горячего питания на 2023-2024 учебный год

День 7 (Вторник)	Наименование блюда	Выход блюда, г	
		7-11 лет	11-18 лет
Завтрак	Каша из кукурузы	200	250
	Чай с молоком	200	200
	Хлеб со сгущенкой	40	50
Обед	Борщ с капустой и картофелем	250	300
	Гречка отварная с мясом	250	300
	Кисель	200	200
	Хлеб	20	30
Ужин	Плов	250	300
	Чай с сахаром	200	200
	Хлеб	40	50
	Масло сливочное	10	10
Полдник	Печенье		
	Чай с молоком	200	200
	Хлеб	20	30



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ «Саянская СОШ»

Галсанова А.Д.

Приказ № 62/2 от 01 сентября 2022г.

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях, под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, Москва 2017

Меню горячего питания на 2023-2024 учебный год

День 8 (Среда)	Наименование блюда	7-11 лет	11-18 лет
Завтрак	Каша геркулесовая	200	250
	Чай с молоком	200	200
	Хлеб с повидлом	40	50
Обед	Суп Гороховый	250	300
	Капуста тушеная с мясом	250	300
	Кисель	200	200
	Хлеб	20	30
Ужин	Гречка с мясом	250	300
	Чай с сахаром	200	200
	Хлеб с повидлом	40	50
Полдник	Пряник		
	Чай с молоком	200	200



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ «Саянская СОШ»

Галсанова А.Д.

Приказ № 62/2 от 01 сентября 2022г.

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях, под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, Москва 2017

Меню горячего питания на 2023-2024 учебный год

День 9 (Четверг)	Наименование блюда	7-11 лет	11-18 лет
Завтрак	Каша манная	200	250
	Чай с молоком	200	200
	Хлеб	40	50
	Масло сливочное	10	10
Обед	Суп крестьянский с крупой перловой	250	300
	Лапша отварная с гуляшом	250	300
	Компот из сухофруктов	200	200
	Хлеб	20	30
Ужин	Плов	250	300
	Чай с сахаром	200	200
	Хлеб с повидлом	40	50
Полдник	Рулет		
	Чай с молоком	200	200



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ «Саянская СОШ»

Галсанова А.Д.

Приказ № 62/2 от 01 сентября 2022г.

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях, под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, Москва 2017

Меню горячего питания на 2023-2024 учебный год

День 10 (Пятница)	Наименование блюда	7-11 лет	11-18 лет
Завтрак	Каша геркулесовая	200	250
	Чай с молоком	200	200
	Хлеб со сгущенкой	40	50
Обед	Щи	250	300
	Капуста тушеная с мясом	250	300
	Шиповник	200	200
	Хлеб	20	30
Ужин	Пюре картофельной с гуляшом	250	300
	Чай с сахаром	200	200
	Хлеб	40	50
	Масло сливочное	10	10
Полдник	Яблоки		
	Чай с молоком	200	200
	Хлеб	20	30



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ «Саянская СОШ»

Галсанова А.Д.

Приказ № 62/2 от 01 сентября 2022г.

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях, под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, Москва 2017

Меню горячего питания на 2023-2024 учебный год

День 11	Наименование блюда	Возраст детей	
Завтрак	Каша манная	200	250
	Чай с молоком	200	200
	Масло сливочное	10	10
	Хлеб	40	50
Обед	Суп с изделиями макаронными на бульоне из мяса	250	300
	Капуста тушеная с мясом	250	300
	Кисель	200	200
	Хлеб	20	30
Ужин	Лапша отварная с гуляшом	250	300
	Какао	200	200
	Хлеб	20	30
Полдник	Печенье	20	30
	Чай с молоком	200	200



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ «Саянская СОШ»

Галсанова А.Д.

Приказ № 62/2 от 01 сентября 2022г.

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на
продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях, под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна,
Москва 2017

Меню горячего питания на 2023-2024 учебный год

День 12	Наименование блюда	7-10 лет	11-17 лет
Завтрак 1	Каша рисовая	200	250
	Чай с сахаром	200	200
	Масло сливочное	10	10
	Хлеб с повидлом	40	50
Обед	Борщ сибирский на мясном бульоне	250	300
	Плов	250	300
	Кисель	200	200
	Хлеб	20	30
Ужин	Лапша отварная с гуляшом	250	300
	Какао	200	200
	Хлеб	20	30
Полдник	Рулет	20	30
	Чай с молоком	200	200