

Муниципальное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа №1 г.Ершова Саратовской области»

18.04.2023 г.

ПРИКАЗ

№ 78

**О внесении изменений в  
приказ от 31.08.2022г. №163  
в 2022 - 2023 учебном году.**

В целях организации питания обучающихся в 2022-2023 учебном году  
**ПРИКАЗЫВАЮ:**

1. Утвердить изменения в режим работы школы на 2022-2023 учебный год. (Приложение 1).
2. Утвердить график посещения обучающимися столовой (в новой редакции) на 2022-2023 учебный год. (Приложение 2).
3. Утвердить изменения в меню - возрастная категория 7-11 лет. (Приложение 3).
4. Утвердить изменения в меню – возрастная категория 12 лет и старше. (Приложение 4).
5. Контроль за исполнением приказа оставляю за собой.

Директор



Лепехин Г.Н.



**Режим работы школы на 2022 – 2023 учебный год**

Расписание уроков для 1 – 11-х классов (1,2 смена)				
Смена	Урок	Время	Перемена	Примечания
Первая	1	08:30-(09:05)09:10	10 мин	
	2	09:20-(09:55)10:00	10 мин	Молоко – 1 класс
	3	10:10-(10:45)10:50	20 мин	Обед - 1, 5, 6а,6б
	4	11:10-(11:45)11:50	20 мин	Обед – 7-11
	5	12:10-(12:45)12:50	10 мин	
	6(1)	13:00-(13:35)13:40	10 мин	Молоко – 2а, 2б, 3, 4
Вторая	7(2)	13.50-(14:25)14:30	20 мин	Обед – 2а, 2б, 3, 4
	8(3)	14:50-(15:25)15:30	10 мин	
	9(4)	15:40-(16:15)16:20	10 мин	
	10(5)	16:30-(17:05)17:10	10 мин	
	11(06)	17:20-(18:15)18:20		

Расписание уроков для 1 – 11-х классов ПО ПОНЕДЕЛЬНИКАМ				
Смена	Урок	Время	Перемена	Примечания
Первая		08:00 – 08:15		Линейка
		08:15-(08:45)08:50	10 мин	Разговор о важном
	1	09:00-(09:35)09:40	10 мин	Молоко – 1 класс
	2	09:50-(10:25)10:30	10 мин	
	3	10:40-(11:15)11:20	20 мин	Обед – 1, 5, 6а, 6б
	4	11:40-(12:15)12:20	20 мин	Обед – 7-11
	5	12:40-(13:15)13:20	10 мин	
Вторая	6(1)	13:30-(14:05)14:10	10 мин	Молоко – 2а,2б,3,4
	7(2)	14.20-(14:55)15:00	20мин	Обед – 2а,2б,3,4
	8(3)	15:20-(15:55)16.00	10 мин	
	9(4)	16:10-(16:45)16:50	10 мин	
	10(5)	17:00-(17:35)17:40	10 мин	
	11(6)	17:50-(18:25)18:30		

Расписание уроков для 1-х классов (1 смена) , 1 четверть-3 урока				
Смена	Урок	Время	Перемена	Примечания
Первая	1	08:30-(09:00)09:05	10 мин	
	2	09:15-(09:45)09:50	10 мин	Молоко
	3	10:00-(10:30)10:35	20 мин	Обед
	4	10:55-(11:25)11:30	10 мин	
	5	11:40-(12:15)12:20		



## **График посещения столовой в 2022-2023 учебном году**

### **Понедельник**

#### *I смена*

- 09.40 – молоко (1 класс)
- 11.20 – обед (1, 5, 6а, 6б классы)
- 12.20 – обед (7-11 классы)

#### *II смена*

- 14.10 – молоко (2-4 классы)
- 15.00 – обед (2-4 классы)

### **Вторник, среда, четверг, пятница**

#### *I смена*

- 10.00 – молоко (1 класс)
- 10.50 – обед (1, 5, 6а, 6б классы)
- 11.50- обед (7-11 классы)

#### *II смена*

- 13.40 – молоко (2-4 классы)
- 14.30 – обед (2-4 классы)



**Меню приготавливаемых блюд: Возрастная категория - 7-11 лет**

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки, г	жиры, г	углеводы, г		
<b>Неделя 1 День 1</b>							
Обед	Суп картофельный с бобовыми (фасоль) на МКБ	250	1,85	3,11	10,87	79,03	102
	Гречка с мясом птицы	230	25,3	6,21	30,13	278,76	203
	Хлеб пшеничный в/с	70	1,96	0,4	17,92	84	ПР
	Чай с сахаром с лимоном	200	1,42	1,66	18,16	86	35
	итого обед	750	30,53	11,38	77,08	527,79	
<b>Неделя 1 День 2</b>							
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем на м/к бульоне	250	1,4	3,96	6,32	71,8	88
	Пюре из бобовых (горох) с маслом	220	12,98	3,13	28,02	194,34	199
	Гуляш из отварной говядины	100	14,6	14,07	2,35	202	246
	Хлеб пшеничный в/с	70	1,96	0,4	17,92	84	ПР
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,8	349
итого обед:	840	31,6	21,65	86,62	684,94		
<b>Неделя 1 День 3</b>							
Обед	Суп картофельный с рыбными консервами на м/к бульоне	250	8,6	8,41	14,33	172,25	104
	Макаронные изделия отварные с маслом	230	5,46	5,79	30,4	195,7	203
	Тефтели 2-й вариант говядина с соусом	100	12,28	19,79	16,54	293,22	279
	Хлеб пшеничный в/с	70	1,96	0,4	17,92	84	ПР
	Чай с сахаром с лимоном	200	1,42	1,66	18,16	86	35
итого обед	850	29,72	36,05	97,35	831,17		
<b>Неделя 1 День 4</b>							
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями на м/к бульоне	250	1,85	9,19	12,64	112,4	105
	Плов из мяса птицы	230	26,95	29,7	48,62	574,2	291
	Чай с сахаром	200	0,1	0	7	28	35
	Хлеб пшеничный в/с	70	1,96	0,4	17,92	84	ПР
итого обед	750	30,86	39,29	86,18	798,6		
<b>Неделя 1 День 5</b>							
Обед	Суп картофельный с бобовыми (горох) на МКБ	250	4,87	5,11	10,87	79,03	102
	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	230	14	8,7	57,9	372	237



Биточки 2-й вариант говядина с соусом	100	13,07	9,94	3,25	111,48	381
Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,8	349
Хлеб пшеничный в/с	70	1,96	0,4	17,92	84	ПП
итого обед	850	34,56	24,24	121,95	779,31	

Неделя 2 День 1

Обед	Борщ с капустой и каргофелем на м/к бульоне	250	2,04	6,88	15,25	153	82
	Гречка с мясом птицы	230	25,3	6,21	30,13	278,76	203
	Хлеб пшеничный в/с	70	1,96	0,4	17,92	84	ПП
	Чай с сахаром с лимоном	200	1,42	1,66	18,16	86	35
	итого обед	750	30,72	15,15	81,46	601,76	

Неделя 2 День 2

Обед	Рассольник ленинградский	250	6,36	8,9	11,81	158,34	103
	Макаронные изделия отварные с маслом	230	5,25	4	31,88	188,13	203
	Котлета из мяса говядины с соусом	100	15,8	11,63	14,73	227,14	294
	Хлеб пшеничный в/с	70	1,96	0,4	17,92	84	ПП
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,8	349
	итого обед	850	30,03	25,02	108,35	790,41	

Неделя 2 День 3

Обед	Суп картофельный с рисом на м/к бульоне	250	1,76	6,12	12,64	111,5	105
	Пюре из бобовых (горох) с маслом	220	12,98	3,13	28,02	194,34	199
	Гуляш из отварной говядины	100	14,6	14,9	2,35	202	246
	Хлеб пшеничный в/с	70	1,96	0,4	17,92	84	ПП
	Чай с сахаром	200	0,1	0	7	28	35
	итого обед	840	31,4	24,55	67,93	619,84	

Неделя 2 День 4

Обед	Суп картофельный с бобовыми (фасоль) на МКБ	250	1,85	3,11	10,87	79,03	102
	Макаронные изделия отварные с маслом	230	5,25	4	31,88	188,13	203
	Котлета из мяса говядины с соусом	100	15,8	7,8	6,32	113,75	294
	Хлеб пшеничный в/с	70	1,96	0,4	17,92	84	ПП
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,8	349
	итого обед	850	25,52	15,4	99	597,71	

Неделя 2 День 5

Обед	Суп картофельный с бобовыми (горох) на МКБ	250	4,4	4,2	13,2	118,6	102
	Плов из мяса птицы	230	26,95	29,7	48,62	574,2	291
	Чай с сахаром с лимоном	200	1,42	1,66	18,16	86	35
	Хлеб пшеничный в/с	70	1,96	0,4	17,92	84	ПР
	итого обед	750	34,73	35,96	97,9	862,8	
Среднее значение за период: обед		808	30,97	24,82	92,38	709,43	



Приложение 4 к приказу по школе от 18.04.2023г. №78

Менюготавливаемых блюд: Возрастная категория - 12 лет и старше

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки, г	жиры, г	углеводы, г		
<b>Неделя 1 День 1</b>							
Обед	Салат из свежей капусты с растительным маслом	55	2,66	4,03	4,25	53,9	46
	Суп картофельный с бобовыми (фасоль) на МКБ	250	1,85	3,11	10,87	79,03	102
	Гречка с мясом птицы	230	25,3	6,21	30,13	278,76	203
	Хлеб пшеничный в/с	70	1,96	0,4	17,92	84	ПР
	Чай с сахаром с лимоном	200	1,42	1,66	18,16	86	35
	итого обед	805	33,19	15,41	81,33	581,69	
<b>Неделя 1 День 2</b>							
Обед	Салат из отварной свёклы с изюмом	55	0,71	5,03	8,14	80,73	51
	Щи из свежей капусты с картофелем на м/к бульоне	250	1,4	3,96	6,32	71,8	88
	Пюре из бобовых (горох) с маслом	220	12,98	3,13	28,02	194,34	199
	Гуляш из отварной говядины	100	14,6	14,07	2,35	202	246
	Хлеб пшеничный в/с	70	1,96	0,4	17,92	84	ПР
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,8	349
	итого обед:	895	32,31	26,68	94,76	765,67	
<b>Неделя 1 День 3</b>							
Обед	Суп картофельный с рыбными консервами на м/к бульоне	250	8,6	8,41	14,33	172,25	104
	Макаронные изделия отварные с маслом	230	5,46	5,79	30,4	195,7	203
	Тефтели 2-й вариант говядина с соусом	100	12,28	19,79	16,54	293,22	279
	Хлеб пшеничный в/с	70	1,96	0,4	17,92	84	ПР
	Чай с сахаром с лимоном	200	1,42	1,66	18,16	86	35
	итого обед	850	29,72	36,05	97,35	831,17	
<b>Неделя 1 День 4</b>							
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями на м/к бульоне	250	1,85	9,19	12,64	112,4	105
	Плов из мяса птицы	230	26,95	29,7	48,62	574,2	291
	Чай с сахаром	200	0,1	0	7	28	35



	Хлеб пшеничный в/с	70	1,96	0,4	17,92	84 ПР
	итого обед	750	30,86	39,29	86,18	798,6
Неделя 1 День 5						
Обед	Салат из свежей капусты с растительным маслом	55	2,66	4,03	4,25	53,9
	Суп картофельный с бобовыми (горох) на МКБ	250	4,87	5,11	10,87	79,03
	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	230	14	8,7	57,9	372
	Биточки 2-й вариант говядина с соусом	100	13,07	9,94	3,25	111,48
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,8
	Хлеб пшеничный в/с	70	1,96	0,4	17,92	84 ПР
	итого обед	905	37,22	28,27	126,2	833,21
Неделя 2 День 1						
Обед	Борщ с капустой и картофелем на м/к бульоне	250	2,04	6,88	15,25	153
	Гречка с мясом птицы	230	25,3	6,21	30,13	278,76
	Хлеб пшеничный в/с	70	1,96	0,4	17,92	84 ПР
	Чай с сахаром с лимоном	200	1,42	1,66	18,16	86
	итого обед	750	30,72	15,15	81,46	601,76
Неделя 2 День 2						
Обед	Салат из свежей капусты с растительным маслом	55	2,66	4,03	4,25	53,9
	Рассольник ленинградский	250	6,36	8,9	11,81	158,34
	Макаронные изделия отварные с маслом	230	5,25	4	31,88	188,13
	Котлета из мяса говядины с соусом	100	15,8	11,63	14,73	227,14
	Хлеб пшеничный в/с	70	1,96	0,4	17,92	84 ПР
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,8
итого обед	905	32,69	29,05	112,6	844,31	
Неделя 2 День 3						
Обед	Салат из отварной свёклы с изюмом	55	0,71	5,03	8,14	80,73
	Суп картофельный с рисом на м/к бульоне	250	1,76	6,12	12,64	111,5
	Пюре из бобовых (горох) с маслом	220	12,98	6,52	33,36	194,34
	Гуляш из отварной говядины	100	14,6	14,9	2,35	202
	Хлеб пшеничный в/с	70	1,96	0,4	17,92	84 ПР
	Чай с сахаром	200	0,1	0	7	28
итого обед	895	32,11	32,97	81,41	700,57	
Неделя 2 День 4						



Обед	Суп картофельный с бобовыми (фасоль) на МКБ	250	3,85	5,11	10,87	79,03	102
	Макаронные изделия отварные с маслом	230	5,25	4	31,88	188,13	203
	Котлета из мяса говядины с соусом	100	15,8	7,8	6,32	113,75	294
	Хлеб пшеничный в/с	70	1,96	0,4	17,92	84	ПР
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,8	349
	итого обед	850	27,52	17,4	99	597,71	
Неделя 2 День 5							
Обед	Суп картофельный с бобовыми (горох) на МКБ	250	4,4	4,2	13,2	118,6	102
	Плов из мяса птицы	230	26,95	29,7	48,62	574,2	291
	Чай с сахаром с лимоном	200	1,42	1,66	18,16	86	35
	Хлеб пшеничный в/с	70	1,96	0,4	17,92	84	ПР
		итого обед	750	34,73	35,96	97,9	862,8
	Среднее значение за обед	835,5	32,41	27,28	95,28	741,75	