



УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ СОШ с химическим уклоном
Меню на 7 ноября 2022 г.

Рацион: дети с ОВЗ и
дети-инвалиды (1-4 классы)

День: понедельник
Неделя: 2

Прим ниции	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность			Стоимость
			Б	Ж	У	ккал	белки	жиры	
завтрак									
полдник	Огурцы соленные	20			1	4	494		
	Макаронные изделия отварные	150/4	6	4	37	204	77,01		
	Котлеты из мяса птицы	60	6	10	12	194	486,01		
	Соус томатный	30		1	2	22	91,04		
	Чай витаминный	200/5			11	39	102,04		
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03		
Итого за завтрак (полдник)		519	16	15	103	581			59,76
обед									
	Салат из белокачанной капусты	40	1	2	5	42	4		
	Борщ с капустой и картофелем	200/8	4	8	11	81	27,09		
	Картофельное пюре	150/4	3	5	22	140	107,01		
	Рыба, (филе) тушеная в томате с овощами	30/40	12	4	2	89	434,04		
	Чай с сахаром	200			9	25	92,04		
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03		
Итого за обед		722	24	19	89	495			61,9
Итого за день		1241	40	34	192	1076			121,7

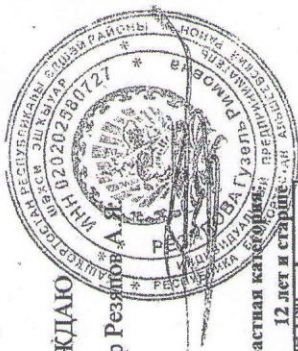


УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ СОШ с химическим уклоном
Меню на 7 ноября 2022 г.

Рацион: дети с ОВЗ и
дети-инвалиды (5-11 классы)

День: понедельник
Неделя: 2

Прим ниции	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность			Стоимость
			Б	Ж	У	ккал	белки	жиры	
завтрак									
полдник	Огурцы соленные	20			1	4	494		
	Макаронные изделия отварные	180/5	7	4	44	246	77,02		
	Котлеты из мяса птицы	60	6	10	12	194	486,01		
	Соус томатный	30		1	2	22	91,04		
	Чай витаминный	200/5			11	39	102,04		
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03		
Итого за завтрак (полдник)		550	17	15	110	623			67,21
обед									
	Салат из белокачанной капусты	60	1	3	7	63	5,01		
	Борщ с капустой и картофелем	250/10	5	10	14	104	27,1		
	Картофельное пюре	150/4	3	5	22	140	107,01		
	Рыба, (филе) тушеная в томате с овощами	30/40	12	4	2	89	434,04		
	Чай с сахаром	200			9	25	92,04		
	Хлеб пшеничный	70	5	1	56	165	128,01		
Итого за обед		814	26	23	110	586			74,15
Итого за день		1364	43	38	220	1209			141,36



УТВЕРЖАЮ

Директор Резяпов А. Я.

МБОУ СОШ

Меню на 8 ноября 2022 г.

День: вторник

Рацион: дети с ОВЗ и
дети-инвалиды (5-11 классы)

День: вторник

Рацион: дети с ОВЗ и
дети-инвалиды (1-4 классы)

Неделя: 2

Неделя: 2

Неделя: 2

Возрастная категория:
12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Стоимость
			Б	Ж	У	ккал	руб
завтрак	Салат Морковоча школьный	60	1	5	4	61	72,02
	Жаркое по -Домашнему из говядины	150	13	14	24	277	480,01
	Компот из смеси сухофруктов	200			15	60	97,02
	Печенье "Слободка шахматная" 50 г	1 шт	2	5	21	135	132,01
	Хлеб пшеничный	50	4	4	40	118	128,03
Итого за завтрак (полдник)		510	20	24	104	651	59,76
обед	Суп картофельный с бобовыми	200	5	7	18	104	33,1
	Каша перловая рассыпчатая	150/4	5	3	34	184	66,01
	Куры отварные	60	17	17		218	
	Соус томатный	30		1	2	22	91,04
	Напиток из свежих мороженых ягод	200/10	1		21	89	102,03
Итого за обед	Хлеб пшеничный	50	4	4	40	118	128,03
		704	32	28	115	735	61,9
Итого за день		1214	52	52	219	1386	121,7

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Стоимость
			Б	Ж	У	ккал	руб
завтрак	Салат Морковоча школьный	60	1	5	4	61	72,02
	Жаркое по -Домашнему из говядины	200	15	16	27	307	517
	Компот из смеси сухофруктов	200			15	60	97,02
	Печенье "Слободка шахматная" фасов. 50 г	1 шт	2	5	21	135	132,01
	Хлеб пшеничный	50	4	4	40	118	128,03
Итого за завтрак (полдник)		560	22	26	107	681	67,21
обед	Суп картофельный с бобовыми	250	6	8	23	130	33,13
	Каша перловая рассыпчатая	180/5	6	4	40	222	66,02
	Куры отварные	60	17	17		218	
	Соус томатный	30		1	2	22	91,04
	Напиток из свежих мороженых ягод	200/10	1		21	89	102,03
Итого за обед	Хлеб пшеничный	70	5	1	56	165	128,01
		805	35	31	142	846	74,15
Итого за день		1365	57	57	249	1527	141,36

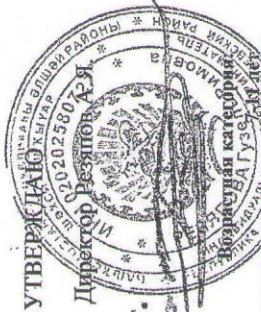


СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ
Меню на 9 ноября 2022 г.

Рацион: дети с ОВЗ и
дети-инвалиды (1-4 классы)

День: среда

Неделя: 2



СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ
Меню на 9 ноября 2022 г.

Рацион: дети с ОВЗ и
дети-инвалиды (5-11 классы)

День: среда

Неделя: 2



СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ
Меню на 9 ноября 2022 г.

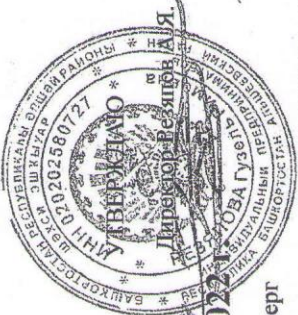
Рацион: дети с ОВЗ и
дети-инвалиды (12 лет и старше)

День: среда

Неделя: 2

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность			Стоимость
			Б	Ж	У	ккал	г	г	г
завтрак									
полдник									
	Салат из свеклы с растительным маслом	40	1	3	3	45	19,01		
	Каша гречневая рассыпчатая	150/4	8	5	35	224	65		
	Куры отварные (бедро)	70	19	20		252	521		
	Соус томатный	30		1	2	22	91,04		
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	94,02		
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03		
Итого за завтрак (полдник)		551	32	29	90	703			59,76
обед									
	Салат Витаминный	60	1	3	7	62	113		
	Суп картофельный с крупой пшеничной	200	4	7	16	91	31,11		
	Овощное рагу с мясом	180	15	18	16	265	133,1		
	Напиток из свежих мороженых ягод	200/10	1		21	89	102,03		
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03		
Итого за обед		700	25	28	100	625			61,9
Итого за день		1251	57	57	190	1328			121,7

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность			Стоимость
			Б	Ж	У	ккал	г	г	г
завтрак									
полдник									
	Салат из свеклы с растительным маслом	60	1	5	5	68	19		
	Каша гречневая рассыпчатая	150/4	8	5	35	224	65		
	Куры отварные (бедро)	70	19	20		252	521		
	Соус томатный	30		1	2	22	91,04		
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	94,02		
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03		
Итого за завтрак (полдник)		571	32	31	92	726			67,21
обед									
	Салат Витаминный	60	1	3	7	62	113		
	Суп картофельный с крупой пшеничной	250	5	9	20	120	31,18		
	Овощное рагу с мясом	200	16	20	16	291	133,04		
	Напиток из свежих мороженых ягод	200/10	1		21	89	102,03		
	Хлеб пшеничный	70	5	1	56	165	128,01		
Итого за обед		790	28	33	120	727			74,15
Итого за день		1361	60	64	212	1453			141,36



Согласовано
Директор МБОУ СОШ
Директор Рязанской АЯ

УТВЕРЖДАЮ
Директор Рязанской АЯ

Меню на 10 ноября 2022 г.

День: четверг

Рацион: дети с ОВЗ и

дети-инвалиды (1-4 классы)

Неделя: 2

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Стоимость
		блюда	Б	Ж	У	ккал		ость
завтрак								
полдник	Салат "Здоровье"	60	1	3	5	52	34,01	
	Картофельное пюре	150/4	3	5	22	140	107,01	
	Рыба, (филе) тушеная в томате с овощами	30/40	12	4	2	89	434,04	
	Напиток из свежих мороженых ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
Итого за завтрак (полдник)		544	21	12	90	488		59,76
обед								
	Салат из белокочанной капусты	60	1	3	7	63	5,01	
	Щи с капустой и картофелем	200/8	4	8	8	73	10,07	
	Плов из куриного филе	180	13	23	36	383	64,14	
	Печенье сдобное	10	1	2	7	45	47,1	
	Кисель из концентрата	200			10	40		
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
Итого за обед		708	23	36	108	722		61,9
Итого за день		1252	44	48	198	1210		121,66

Рацион: дети с ОВЗ и

Неделя: 2

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Стоимость
		блюда	Б	Ж	У	ккал	ость
завтрак							
полдник	Салат "Здоровье"	60	1	3	5	52	34,01
	Картофельное пюре	180/5	4	5	26	168	107,02
	Рыба, (филе) тушеная в томате с овощами	30/40	12	4	2	89	434,04
	Напиток из свежих мороженых ягод	200/10	1		21	89	102,03
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03
Итого за завтрак (полдник)		575	22	12	94	516	67,21
обед							
	Салат из белокочанной капусты	60	1	3	7	63	5,01
	Щи с капустой и картофелем	250/10	5	11	10	88	10,08
	Плов из куриного филе	200	13	21	48	389	64,17
	Печенье сдобное	10	1	2	7	45	47,1
	Кисель из концентрата	200			10	40	
	Хлеб пшеничный	70	5	1	56	165	128,01
Итого за обед		800	25	38	138	790	74,15
Итого за день		1375	47	50	232	1306	141,36



Меню на 14 ноября 2022 г.

Рацион: дети с ОВЗ и дети-инвалиды (1-4 классы)

День: понедельник

Неделя: 3

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептур	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак								
полдник	Макаронные изделия с тертым сыром	150/8	8	6	37	237	77,06	
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	94,02	
	Сок фруктовый	100	1		13	46	496	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
Итого за завтрак (полдник)		515	13	6	100	443		59,76
обед								
	Салат из белокочанной капусты	40	1	2	5	42	4	
	Суп картофельный с бобовыми	200	5	7	18	104	33,1	
	Каша гречневая рассыпчатая	150/4	8	5	35	224	65	
	Куры отварные (бедро)	70	19	20		252	521	
	Соус томатный	30		1	2	22	91,04	
	Чай с сахаром	200			10	40	92,02	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
Итого за обед		744	37	35	110	802		61,9
Итого за день		1259	50	41	210	1245		121,66

Рацион: дети с ОВЗ и дети-инвалиды (5-11 классы)

День: понедельник

Неделя: 3

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Стоимость
			Б	Ж	У		
завтрак							
полдник	Макаронные изделия с тертым сыром	180/10	10	8	44	288	77,04
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	94,02
	Сок фруктовый	100	1		13	46	496
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03
Итого за завтрак (полдник)		547	15	8	107	494	67,21
обед							
	Салат из белокочанной капусты	40	1	2	5	42	4
	Суп картофельный с бобовыми	250	6	8	23	130	33,13
	Каша гречневая рассыпчатая	150/4	8	5	35	224	65
	Куры отварные (бедро)	70	19	20		252	521
	Соус томатный	30		1	2	22	91,04
	Чай с сахаром	200			10	40	92,02
	Хлеб пшеничный	70	5	1	56	165	128,01
Итого за обед		814	39	37	131	875	74,15
Итого за день		1361	54	45	238	1369	141,36

