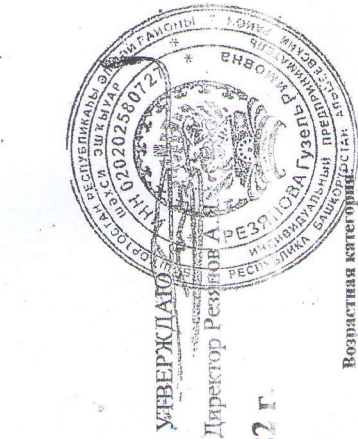
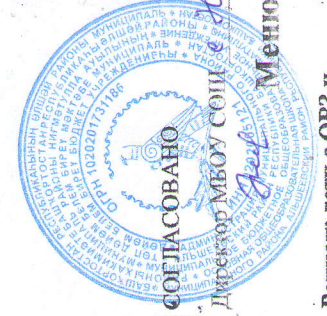
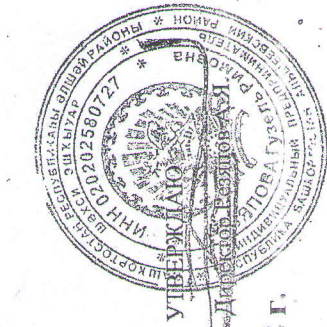




Меню на 16 декабря 2022 г.

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

День: пятница  
Неделя: 3

Возрастная категория: 7-11 лет

| Прием<br>пищи              | Наименование блюда                          | Выход<br>блюда        | Пищевые<br>вещества (г) |     |     | энер-<br>ге-<br>тиче-<br>ская | реце-<br>птур | стоим<br>ость |  |
|----------------------------|---------------------------------------------|-----------------------|-------------------------|-----|-----|-------------------------------|---------------|---------------|--|
|                            |                                             |                       | Б                       | Ж   | У   |                               |               |               |  |
| завтрак                    |                                             |                       |                         |     |     |                               |               |               |  |
|                            | полдник                                     | Каша "Артек" молочная | 150/4                   | 6   | 7   | 27                            | 191           | 73            |  |
|                            |                                             | чай с сахаром         | 200                     |     |     | 10                            | 40            | 92,02         |  |
|                            |                                             | Бутерброд с маслом    | 50/10                   | 4   | 9   | 40                            | 192           | 1,04          |  |
|                            |                                             | Фрукты                | 140                     | 1   | 1   | 14                            | 66            | 101,02        |  |
| дополн.                    | Сок фруктовый 1 лит                         | 200                   | 1,4                     | 0,2 | 26  | 92                            |               |               |  |
| Итого за завтрак (полдник) |                                             | 754                   | 11                      | 17  | 91  | 489                           |               | 76,2          |  |
| обед                       |                                             |                       |                         |     |     |                               |               |               |  |
|                            | Салат из свеклы с<br>растительным маслом    | 60                    | 1                       | 5   | 5   | 68                            | 19            |               |  |
|                            | Суп картофельный с<br>макаронными изделиями | 200                   | 4                       | 7   | 17  | 97                            | 29,06         |               |  |
|                            | Плов из куриного филе                       | 200                   | 13                      | 21  | 48  | 389                           | 64,17         |               |  |
|                            | чай витаминный                              | 200/5                 |                         |     | 11  | 39                            | 102,04        |               |  |
|                            | Хлеб пшеничный                              | 50                    | 4                       |     | 40  | 118                           | 128,03        |               |  |
| Итого за обед              |                                             | 715                   | 22                      | 33  | 121 | 711                           |               | 61,9          |  |
| Итого за день              |                                             | 1469                  | 33                      | 50  | 212 | 1200                          |               | 121,56        |  |

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

День: пятница  
Неделя: 3

Возрастная категория: 12 лет и старше

| Прием<br>пищи              | Наименование блюда                          | Выхо<br>д<br>блюда | Пищевые<br>вещества (г) |    |     | Сред-<br>не-<br>ге-<br>миче-<br>ские | №      | стоим<br>ость |
|----------------------------|---------------------------------------------|--------------------|-------------------------|----|-----|--------------------------------------|--------|---------------|
|                            |                                             |                    | Б                       | Ж  | У   |                                      |        |               |
| завтрак                    |                                             |                    |                         |    |     |                                      |        |               |
| полдник                    | Каша "Артек" молочная                       | 150/4              | 6                       | 7  | 27  | 191                                  | 73     |               |
|                            | чай с сахаром                               | 200                |                         |    | 9   | 25                                   | 92,04  |               |
|                            | Бутерброд с маслом                          | 50/10              | 4                       | 9  | 40  | 192                                  | 1,04   |               |
|                            | Фрукты                                      | 140                | 1                       | 1  | 14  | 66                                   | 101,02 |               |
| Итого за завтрак (полдник) |                                             | 554                | 11                      | 17 | 90  | 474                                  |        | 67,21         |
| обед                       |                                             |                    |                         |    |     |                                      |        |               |
|                            | Салат из свеклы с<br>растительным маслом    | 80                 | 1                       | 7  | 6   | 94                                   | 19,02  |               |
|                            | Суп картофельный с<br>макаронными изделиями | 250                | 5                       | 8  | 22  | 121                                  | 29,1   |               |
|                            | Плов из куриного филе                       | 200                | 13                      | 21 | 48  | 389                                  | 64,17  |               |
|                            | чай витаминный                              | 200/5              |                         |    | 11  | 39                                   | 102,04 |               |
|                            | Хлеб пшеничный                              | 70                 | 5                       | 1  | 56  | 165                                  | 128,01 |               |
| Итого за обед              |                                             | 805                | 24                      | 37 | 143 | 808                                  |        | 74,15         |
| Итого за день              |                                             | 1359               | 35                      | 54 | 233 | 1282                                 |        | 141,36        |



СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ с. Чимкентинского района  
Директор МБОУ СОШ с. Чимкентинского района  
Меню на 19 декабря 2022 г.



УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ с. Чимкентинского района  
Директор МБОУ СОШ с. Чимкентинского района  
Меню на 19 декабря 2022 г.

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

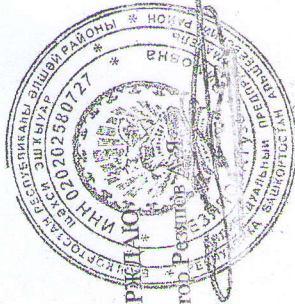
День: понедельник  
Неделя: 4

| Прием пищи                 | Наименование блюда                      | Выход блюда | Исчисленные вещества (г) |    |     | Энергетическая ценность | Стоимость |
|----------------------------|-----------------------------------------|-------------|--------------------------|----|-----|-------------------------|-----------|
|                            |                                         |             | Б                        | Ж  | У   | ккал                    |           |
| завтрак                    | Маринад овощной                         | 30          | 1                        | 3  | 4   | 44                      | 509,1     |
|                            | 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) |                                         | 539         | 19                       | 21 | 106 | 625                     | 76,2      |
| обед                       | Салат из белокочанной 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              |                                         | 1261        | 43                       | 40 | 195 | 1120                    | 121,7     |



СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ с. Чимкентинского района  
Директор МБОУ СОШ с. Чимкентинского района  
Меню на 19 декабря 2022 г.



УТВЕРЖДАЮ

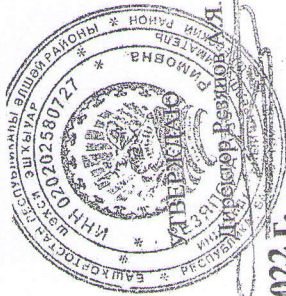
Директор МБОУ СОШ с. Чимкентинского района  
Директор МБОУ СОШ с. Чимкентинского района  
Меню на 19 декабря 2022 г.

День: понедельник

Неделя: 4

Возрастная категория:  
12 лет и старше

| Прием пищи                 | Наименование блюда                      | Выход блюда | Исчисленные вещества (г) |    |     | Энергетическая ценность | Стоимость |
|----------------------------|-----------------------------------------|-------------|--------------------------|----|-----|-------------------------|-----------|
|                            |                                         |             | Б                        | Ж  | У   | ккал                    |           |
| завтрак                    | Маринад овощной                         | 30          | 1                        | 3  | 4   | 44                      | 509,1     |
|                            | 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) |                                         | 560         | 18                       | 18 | 113 | 663                     | 67,21     |
| обед                       | Салат из белокочанной капусты           | 60          | 1                        | 3  | 7   | 63                      | 501       |
|                            | 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              |                                         | 1374        | 43                       | 38 | 220 | 1209                    | 141,4     |



Директор МБОУ СОШ с. Нелескушино  
Меню на 20 декабря 2022 г.

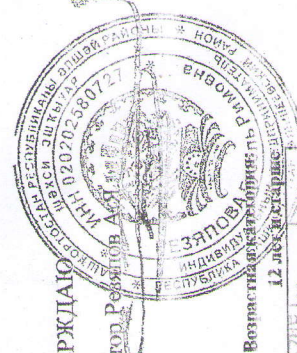
Рацион: дети с ОВЗ и  
дети-инвалиды (1-4 классы)  
День: вторник  
Неделя: 4  
Возрастная категория: 7-11 лет

| Прием пищи    | Наименование блюда                      | Выход<br>блюда | Пищевые<br>вещества (г) |     |     | Энергетическая<br>ценность | Стоимость |
|---------------|-----------------------------------------|----------------|-------------------------|-----|-----|----------------------------|-----------|
|               |                                         |                | Б                       | Ж   | У   |                            |           |
| завтрак       | "Салам" Здоровье                        | 60             | 0,9                     | 3,1 | 5,2 | 52,3                       | 72,02     |
| полдник       | Жаркое по-домашнему из говядины         | 180            | 13                      | 14  | 24  | 277                        | 480,01    |
|               | Компот из смеси сухофруктов             | 200            |                         |     | 15  | 60                         | 97,02     |
|               | Печенье "Сдобная шахматная" фасов. 50 г | 1 шт           | 2                       | 5   | 21  | 135                        | 132,01    |
|               | Хлеб пшеничный                          | 50             | 4                       |     | 40  | 118                        | 128,03    |
|               | Итого за завтрак (полдник)              | 580            | 21                      | 22  | 135 | 784                        | 76,2      |
| обед          |                                         |                |                         |     |     |                            |           |
|               | Суп картофельный с бобовыми             | 200            | 5                       | 7   | 18  | 104                        | 33,1      |
|               | Каша перловая рассыпчатая               | 150/4          | 5                       | 3   | 34  | 134                        | 66,01     |
|               | Кури отварные                           | 60             | 17                      | 17  |     | 218                        |           |
|               | Соус томатный                           | 20             |                         | 1   | 2   | 22                         | 91,04     |
|               | Напиток из свежих мороженых ягод        | 200/10         | 1                       |     | 21  | 89                         | 102,03    |
|               | Хлеб пшеничный                          | 50             | 4                       |     | 40  | 118                        | 128,03    |
| Итого за обед |                                         | 704            | 32                      | 28  | 115 | 735                        | 61,9      |
| Итого за день |                                         | 1284           | 52                      | 52  | 219 | 1386                       | 121,7     |

Рацион: дети с ОВЗ и  
дети-инвалиды (5-11 классы)  
День: вторник  
Неделя: 4  
Возрастная категория: 12 лет и старше

| Прием пищи    | Наименование блюда                      | Выход<br>блюда | Пищевые<br>вещества (г) |    |      | Энергетическая<br>ценность | Стоимость |
|---------------|-----------------------------------------|----------------|-------------------------|----|------|----------------------------|-----------|
|               |                                         |                | Б                       | Ж  | У    |                            |           |
| завтрак       | "Салам" Здоровье                        | 60             | 0,9                     | 3  | 5,18 | 52,3                       | 72,02     |
| полдник       | Жаркое по-домашнему из говядины         | 200            | 15                      | 16 | 27   | 307                        | 517       |
|               | Компот из смеси сухофруктов             | 200            |                         |    | 15   | 60                         | 97,02     |
|               | Печенье "Сдобная шахматная" фасов. 50 г | 1 шт           | 2                       | 5  | 21   | 135                        | 132,01    |
|               | Хлеб пшеничный                          | 50             | 4                       |    | 40   | 118                        | 128,03    |
|               | Итого за завтрак (полдник)              | 560            | 22                      | 24 | 108  | 672                        | 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     |
|               | Кури 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    |
|               | Хлеб пшеничный                          | 70             | 5                       | 1  | 56   | 165                        | 128,01    |
| Итого за обед |                                         | 805            | 35                      | 31 | 142  | 846                        | 74,15     |
| Итого за день |                                         | 1365           | 57                      | 57 | 249  | 1527                       | 141,4     |

Директор МБОУ СОШ с. Нелескушино  
Меню на 20 декабря 2022 г.



УТВЕРЖДАЮ:

ГОР. РАЙОНОВ А. Я. 1927

День: среда

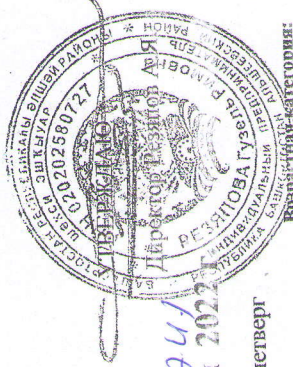
День: среда

РЕЧНО-КРЕБАТНИКЪ (5-11 КЛАСЫ)

4  
Неделя

Тема 4

| Прием пищи                         | Наименование блюда                  | Выход<br>л<br>блюда | Пищевые вещества (г) |    |     | ре-цеп-тур-ы | № ре-цепт-уры | стоим-ость |
|------------------------------------|-------------------------------------|---------------------|----------------------|----|-----|--------------|---------------|------------|
|                                    |                                     |                     | Б                    | Ж  | У   |              |               |            |
| <b>завтрак</b>                     |                                     |                     |                      |    |     |              |               |            |
| подливки                           | Салат "Витаминный"                  | 60                  | 1                    | 3  | 7   | 62           | 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           | 67,21      |
| <b>Итого за завтрак (подливки)</b> |                                     |                     |                      |    |     |              |               |            |
|                                    |                                     | 571                 | 32                   | 29 | 94  | 720          |               |            |
| <b>обед</b>                        |                                     |                     |                      |    |     |              |               |            |
|                                    | Салат из свежих с трапезным маслом  | 60                  | 1                    | 5  | 5   | 68           | 19            |            |
|                                    | Суп картофельный с крупой пшеничной | 250                 | 5                    | 9  | 20  | 120          | 31,18         |            |
|                                    | Овощное рагу с маслом               | 200                 | 16                   | 20 | 16  | 291          | 133,04        |            |
|                                    | Чай с сахаром                       | 200                 |                      |    | 9   | 25           | 92,04         |            |
|                                    | Хлеб пшеничный                      | 70                  | 5                    | 1  | 56  | 165          | 128,01        |            |
| <b>Итого за обед</b>               |                                     |                     |                      |    |     |              |               |            |
|                                    |                                     | 790                 | 27                   | 35 | 106 | 669          |               | 74,15      |
| <b>Итого за день</b>               |                                     |                     |                      |    |     |              |               |            |
|                                    |                                     | 1361                | 60                   | 64 | 212 | 1453         |               | 141,4      |



Директор Резанов А.С.

ЛИС. МБОУ СОШ № 1  
Камыстинский

22 декабря 2022 г.

День: четверг

**Район: дети с ОВЗ и**

РЕТИ-ЭНЕРГАТИКА (5-1 КЛАСС)

Российская Федерация

#### Теленя

17 лет и старше

| Неделя: 4                  |  |                                         |             |                      |    |     |                         |        |          | 7-11 лет |  |
|----------------------------|--|-----------------------------------------|-------------|----------------------|----|-----|-------------------------|--------|----------|----------|--|
| Прием пищи                 |  | Наименование блюда                      | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |    |     | Энергетическая ценность |        | рецептур | стоим    |  |
|                            |  |                                         |             | Б                    | Ж  | У   | ккал                    | г      |          |          |  |
| завтрак                    |  |                                         |             |                      |    |     |                         |        |          |          |  |
| подник                     |  |                                         |             |                      |    |     |                         |        |          |          |  |
|                            |  | Огурцы соленные                         | 30          |                      |    | 1   | 4                       | 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 мороженных ягод       | 200/10      | 1                    |    | 24  | 89                      | 102,03 |          |          |  |
|                            |  | Хлеб пшеничный                          | 50          | 4                    |    | 40  | 118                     | 128,03 |          |          |  |
|                            |  | дополн. Мармелад фруктовый              |             |                      |    | 0,8 |                         |        |          | 76,2     |  |
| Итого за завтрак (пендаль) |  |                                         | 514         | 21                   | 12 | 90  | 488                     |        |          |          |  |
| обед                       |  |                                         |             |                      |    |     |                         |        |          |          |  |
|                            |  | Салат "Пестрый"                         | 40          | 1                    | 2  | 5   | 41                      | 26     |          |          |  |
|                            |  | Щи с капустой и картофелем              | 200/8       | 4                    | 8  | 8   | 73                      | 10,07  |          |          |  |
|                            |  | Гов из куриного филе                    | 180         | 13                   | 23 | 36  | 383                     | 54,14  |          |          |  |
|                            |  | Печенье сладное                         | 20          | 2                    | 4  | 14  | 90                      | 47,1   |          |          |  |
|                            |  | Кисель из концентрата                   | 200         |                      |    | 10  | 40                      |        |          |          |  |
|                            |  | Хлеб пшеничный                          | 50          | 4                    |    | 40  | 118                     | 128,03 |          |          |  |
| Итого за обед              |  |                                         | 698         | 23                   | 35 | 108 | 704                     |        |          | 61,9     |  |
| Итого за день              |  |                                         | 1212        | 44                   | 48 | 198 | 1210                    |        |          | 121,66   |  |

| Прием пищи                | Наименование блюда                         | Выход<br>д<br>блюда | Пищевые<br>вещества (г) |    |    | пре-<br>тиче<br>ства | №<br>ре-<br>цен-<br>туры | Стоим<br>ость |
|---------------------------|--------------------------------------------|---------------------|-------------------------|----|----|----------------------|--------------------------|---------------|
|                           |                                            |                     | Б                       | Ж  | У  |                      |                          |               |
| завтрак                   | Огурцы соленные                            | 30                  | 1                       | 3  | 5  | 52                   | 34,01                    |               |
|                           | Картофельное пюре                          | 180/5               | 4                       | 5  | 26 | 168                  | 107,02                   |               |
|                           | Рыба, (филе) тушеная в<br>томате с овощами | 30/40               | 12                      | 4  | 2  | 89                   | 434,04                   |               |
|                           | Напиток из свежих<br>мороженных ягод       | 200/1<br>0          | 1                       |    | 21 | 89                   | 102,03                   |               |
|                           | Хлеб пшеничный                             | 50                  | 4                       |    | 40 | 118                  | 128,03                   |               |
|                           |                                            |                     |                         |    |    |                      |                          | 67,31         |
| Итого за завтрак (полный) |                                            |                     |                         |    |    |                      |                          |               |
| обед                      | Салат "Пестрый"                            | 40                  | 1                       | 2  | 5  | 41                   | 26                       |               |
|                           | Щи с капустой и картофелем                 | 250/1<br>0          | 5                       | 11 | 10 | 88                   | 10,08                    |               |
|                           | Плов из куриного филе                      | 200                 | 13                      | 21 | 48 | 389                  | 64,17                    |               |
|                           | Печенье сдобное                            | 20                  | 2                       | 4  | 14 | 90                   | 47,1                     |               |
|                           | Кисель из концентрата                      | 200                 |                         |    | 10 | 40                   |                          |               |
|                           | Хлеб пшеничный                             | 70                  | 21                      | 1  | 56 | 165                  | 128,01                   |               |
| Итого за обед             |                                            |                     |                         |    |    |                      |                          |               |
| Итого за день             |                                            |                     |                         |    |    |                      |                          |               |



УТВЕРЖДАЮ

Директор Резюме

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ

Директор МБОУ

Меню на 23 декабря 2022 г.

День: пятница

Рацион: дети с ОВЗ и

дети-инвалиды (5-11 классы)

Возрастная категория:

12 лет и старше

Возрастная категория:

7-11 лет

День: пятница

Неделя: 4

Рацион: дети с ОВЗ и

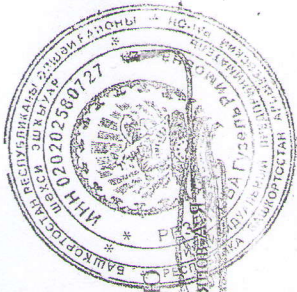
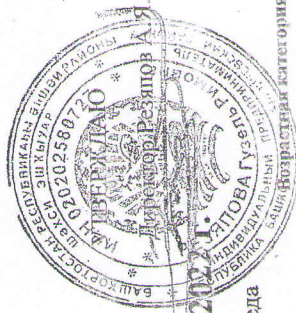
дети-инвалиды (1-4 классы)

| Прием пищи                 | Наименование блюда         | Выход<br>блюда | Пищевые<br>вещества (г) | Б   | Ж   | У    | Средн.<br>теплическая<br>энергетическая<br>ценность | стоим<br>ость |
|----------------------------|----------------------------|----------------|-------------------------|-----|-----|------|-----------------------------------------------------|---------------|
| завтрак                    |                            |                |                         |     |     |      |                                                     |               |
| полдник                    | Каша молочная "Дружба"     | 150/4          | 5                       | 6   | 25  | 177  | 74                                                  |               |
|                            | Чай с сахаром              | 200            |                         |     | 9   | 25   | 92,04                                               |               |
|                            | Бутерброд с повидлом       | 50/15          | 3,9                     | 0,5 | 50  | 185  | 1,04                                                |               |
|                            | Десерт "Витаминный"        | 60             | 2                       | 3   | 35  | 77   | 527                                                 |               |
| Итого за завтрак (подлинк) |                            | 519            | 12                      | 9,6 | 149 | 606  |                                                     | 76,2          |
| обед                       |                            |                |                         |     |     |      |                                                     |               |
|                            | Рассольник "Ленинградский" | 200/8          | 2                       | 7   | 4   | 49   | 26,09                                               |               |
|                            | Капа пшеничная рассыпчатая | 150/3          | 7                       | 4   | 40  | 213  | 297                                                 |               |
|                            | Азу из б/к говядины        | 35/50          | 10                      | 17  | 3   | 209  | 44,08                                               |               |
|                            | Чай с сахаром              | 200            |                         |     | 9   | 25   | 92,04                                               |               |
|                            | Хлеб пшеничный             | 50             | 4                       |     | 40  | 118  | 128,03                                              |               |
| Итого за обед              |                            | 701            | 23                      | 28  | 98  | 628  |                                                     | 61,9          |
| Итого за день              |                            | 1220           | 35                      | 38  | 247 | 1234 |                                                     | 121,66        |

| Прием пищи                 | Наименование блюда         | Выход<br>блюда | Пищевые<br>вещества (г) | Б  | Ж    | У   | Средн.<br>теплическая<br>энергетическая<br>ценность | стоим<br>ость |
|----------------------------|----------------------------|----------------|-------------------------|----|------|-----|-----------------------------------------------------|---------------|
| завтрак                    |                            |                |                         |    |      |     |                                                     |               |
| полдник                    | Каша молочная "Дружба"     | 150/4          | 5                       | 6  | 25   | 177 | 74                                                  |               |
|                            | Чай с сахаром              | 200            |                         |    | 9    | 25  | 92,04                                               |               |
|                            | Бутерброд с повидлом       | 50/15          | 3,9                     | 0  | 49,6 | 185 | 1,04                                                |               |
|                            | Десерт "Витаминный"        | 60             | 2                       | 3  | 35   | 77  | 527                                                 |               |
| Итого за завтрак (подлинк) |                            | 474            | 10                      | 16 | 88   | 460 |                                                     | 67,21         |
| обед                       |                            |                |                         |    |      |     |                                                     |               |
|                            | Рассольник "Ленинградский" | 250/10         | 2                       | 8  | 4    | 61  | 26,08                                               |               |
|                            | Капа пшеничная рассыпчатая | 180/4          |                         | 3  |      | 30  | 140,02                                              |               |
|                            | Азу из говядины            | 35/50          | 10                      | 17 | 3    | 209 | 44,08                                               |               |
|                            | Чай с сахаром              | 200            |                         |    | 9    | 25  | 92,04                                               |               |
|                            | Хлеб пшеничный             | 70             | 5                       | 1  | 56   | 165 | 128,01                                              |               |
| Итого за обед              |                            | 804            | 17                      | 29 | 74   | 594 |                                                     | 74,15         |
| Итого за день              |                            | 1278           | 27                      | 45 | 162  | 954 |                                                     | 141,36        |







СОГЛАСОВАНО  
Директор МБОУ СОШ с. Икестеулы  
Меню на 28 декабря 2022 г.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор-Резидент

День: среда

Возрастная категория:

детей-инвалидов (1-4 классы)

Неделя: 5

7-11 лет

День: среда

Неделя: 5

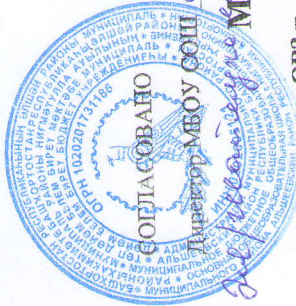
Возрастная категория:

детей-инвалидов (5-11 классы)

12 лет и старше

| Прием пищи                 | Наименование блюда           | Выход<br>блюда | Пищевые<br>вещества (г) |    |     | Сред-<br>ге-<br>тичес-<br>кая | реп-<br>тур | стоим<br>ость |
|----------------------------|------------------------------|----------------|-------------------------|----|-----|-------------------------------|-------------|---------------|
|                            |                              |                | Б                       | Ж  | У   | ккал                          | г           |               |
| завтрак                    |                              |                |                         |    |     |                               |             |               |
| полдник                    | Салат "Осень"                | 60             | 1                       | 5  | 11  | 95                            | 133         |               |
|                            | Овощное рагу с мясом         | 150            | 9                       | 12 | 11  | 186                           | 133,07      |               |
|                            | Чай витаминный               | 200/5          |                         |    | 11  | 39                            | 102,04      |               |
|                            | Печенье слоное               | 30             | 2                       | 5  | 21  | 135                           | 132,01      |               |
|                            | Хлеб пшеничный               | 50             | 4                       |    | 40  | 118                           | 128,03      |               |
|                            | Мармелад фруктовый           |                |                         |    |     |                               |             |               |
| Итого за завтрак (полдник) |                              | 510            | 16                      | 22 | 87  | 539                           |             | 76,2          |
| обед                       |                              |                |                         |    |     |                               |             |               |
|                            | Борщ с капустой и картофелем | 200/8          | 4                       | 8  | 11  | 81                            | 27,09       |               |
|                            | Макаронные изделия отварные  | 150/4          | 6                       | 4  | 37  | 204                           | 77,01       |               |
|                            | Куры отварные                | 60             | 17                      | 17 |     | 218                           |             |               |
|                            | 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              |                              | 702            | 31                      | 30 | 100 | 683                           |             | 61,9          |
| Итого за день              |                              | 1212           | 47                      | 52 | 187 | 1222                          |             | 138,1         |

| Прием пищи                 | Наименование блюда           | Выход<br>блюда | Пищевые<br>вещества (г) |    |     | Сред-<br>ге-<br>тичес-<br>кая | реп-<br>тур | стоим<br>ость |
|----------------------------|------------------------------|----------------|-------------------------|----|-----|-------------------------------|-------------|---------------|
|                            |                              |                | Б                       | Ж  | У   | ккал                          | г           |               |
| завтрак                    |                              |                |                         |    |     |                               |             |               |
| полдник                    | Салат "Осень"                | 60             | 1                       | 5  | 11  | 95                            | 133,1       |               |
|                            | Овощное рагу с мясом         | 200            | 16                      | 20 | 16  | 291                           | 133,04      |               |
|                            | Чай витаминный               | 200/5          |                         |    | 11  | 39                            | 102,04      |               |
|                            | Печенье слоное               | 30             | 2                       | 5  | 21  | 135                           | 132,01      |               |
|                            | Хлеб пшеничный               | 50             | 4                       |    | 40  | 118                           | 128,03      |               |
| Итого за завтрак (полдник) |                              | 545            | 23                      | 30 | 92  | 644                           |             | 67,21         |
| обед                       |                              |                |                         |    |     |                               |             |               |
|                            | Борщ с капустой и картофелем | 250/10         | 5                       | 10 | 14  | 104                           | 27,1        |               |
|                            | Макаронные изделия отварные  | 180/5          | 7                       | 4  | 44  | 246                           | 77,02       |               |
|                            | Куры отварные                | 60             | 17                      | 17 |     | 218                           |             |               |
|                            | 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              |                              | 805            | 34                      | 33 | 126 | 795                           |             | 74,15         |
| Итого за день              |                              | 1350           | 57                      | 63 | 218 | 1439                          |             | 141,36        |



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

Неделя: 5

День: четверг

Категория: 7-11 лет

| Прием пищи                 | Наименование блюда                      | Выход<br>блода | Пищевые<br>вещества (г) |    |     | г    | ре-<br>це-<br>тур | стоим<br>ость |
|----------------------------|-----------------------------------------|----------------|-------------------------|----|-----|------|-------------------|---------------|
|                            |                                         | Б              | Ж                       | У  |     |      |                   |               |
| завтрак                    |                                         |                |                         |    |     |      |                   |               |
| полдник                    | Салат "Пестрый"                         | 60             | 1                       | 3  | 8   | 63   | 5,01              |               |
|                            | 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            |               |
|                            | Компот из смеси сухофруктов             | 200            |                         |    | 15  | 60   | 97,02             |               |
|                            | Хлеб пшеничный                          | 50             | 4                       |    | 40  | 118  | 128,03            |               |
|                            | Печенье слоеное                         | 200            | 2                       | 4  | 14  | 90   | 17,1              |               |
| Итого за завтрак (полдник) |                                         | 554            | 20                      | 12 | 86  | 470  |                   | 76,2          |
| обед                       |                                         |                |                         |    |     |      |                   |               |
|                            | Рассольник "Ленинградский"              | 250/10         | 5                       | 10 | 18  | 124  | 26,02             |               |
|                            | Капа гречневая рассыпчатая              | 150/4          | 8                       | 5  | 35  | 224  | 65                |               |
|                            | Мясо тушеное с овощами                  | 50             | 6                       | 7  | 2   | 94   | 29,07             |               |
|                            | Чай с лимоном и сахаром                 | 200/7          |                         |    | 10  | 42   | 94,02             |               |
|                            | Хлеб пшеничный                          | 50             | 4                       |    | 40  | 118  | 128,03            |               |
| Итого за обед              |                                         | 721            | 23                      | 22 | 105 | 602  |                   | 61,9          |
| Итого за день              |                                         | 1275           | 43                      | 34 | 191 | 1072 |                   | 121,65        |



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

Неделя: 5

День: четверг

Возрастная категория: 12 лет и старше

| Прием пищи                 | Наименование блюда                      | Выход<br>блода | Пищевые<br>вещества (г) |    |     | г    | ре-<br>це-<br>тур | стоим<br>ость |
|----------------------------|-----------------------------------------|----------------|-------------------------|----|-----|------|-------------------|---------------|
|                            |                                         | Б              | Ж                       | У  |     |      |                   |               |
| завтрак                    |                                         |                |                         |    |     |      |                   |               |
| полдник                    | Салат "Пестрый"                         | 60             | 1                       | 3  | 8   | 63   | 5,01              |               |
|                            | Картофельное пюре                       | 180/5          | 4                       | 5  | 26  | 163  | 107,02            |               |
|                            | Рыба, (филе) тушеная в томате с овощами | 30/40          | 12                      | 4  | 2   | 89   | 434,04            |               |
|                            | Компот из смеси сухофруктов             | 200            |                         |    | 15  | 60   | 97,02             |               |
|                            | Хлеб пшеничный                          | 50             | 4                       |    | 40  | 118  | 128,03            |               |
| Итого за завтрак (полдник) |                                         | 555            | 21                      | 12 | 90  | 498  |                   | 67,21         |
| обед                       |                                         |                |                         |    |     |      |                   |               |
|                            | Рассольник "Ленинградский"              | 250/10         | 2                       | 8  | 4   | 61   | 26,08             |               |
|                            | Капа гречневая рассыпчатая              | 180/5          | 10                      | 7  | 45  | 288  | 65,02             |               |
|                            | Мясо тушеное с овощами                  | 85             | 10                      | 11 | 4   | 153  | 488,05            |               |
|                            | Чай с лимоном и сахаром                 | 200/7          |                         |    | 10  | 42   | 94,02             |               |
|                            | Хлеб пшеничный                          | 70             | 5                       | 1  | 56  | 165  | 128,01            |               |
| Итого за обед              |                                         | 807            | 27                      | 27 | 119 | 709  |                   | 74,35         |
| Итого за день              |                                         | 1372           | 48                      | 39 | 209 | 1207 |                   | 141,56        |