



СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ _____

Меню на 9 декабря 2021 г.

День: четверг

Рацион: Родительская плата

Неделя: 2

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептуры	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Картофельное пюре	150/4	3	5	22	140	107.01	
полдник	Гуляш из говядины	20/50	7	9	4	123	47.18	
	Чай витаминный	200/5			11	39	102.04	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128.03	
	Кисломолочный продукт	100	3	3	4	59	106.07	
Итого за завтрак (полдник)		579	17	17	81	479		57,43 р



СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ _____

Меню на 23 декабря 2021 г.

День: четверг

Рацион: Родительская плата

Неделя: 4

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептуры	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Картофельное пюре	150/4	3	5	22	140	107.01	
полдник	Гуляш из говядины	20/50	7	9	4	123	47.18	
	Чай витаминный	200/5			11	39	102.04	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128.03	
	Кисломолочный продукт	100	3	3	4	59	106.07	
Итого за завтрак (полдник)		579	17	17	81	479		57,43 р



СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ
Меню на 9 декабря 2021 г.

День: четверг

Рацион: Родительская плата

Неделя: 2

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак								
полдник	Картофельное пюре	150/4	3	5	22	140	107,01	
	Гуляш из говядины	20/50	7	9	4	123	47,18	
	Чай витаминный	200/5			11	39	102,04	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
	Кисломолочный продукт	100	3	3	4	59	106,07	
Итого за завтрак (полдник)		579	17	17	81	479		57,43 р



СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ
Меню на 23 декабря 2021 г.

День: четверг

Рацион: Родительская плата

Неделя: 4

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак								
полдник	Картофельное пюре	150/4	3	5	22	140	107,01	
	Гуляш из говядины	20/50	7	9	4	123	47,18	
	Чай витаминный	200/5			11	39	102,04	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
	Кисломолочный продукт	100	3	3	4	59	106,07	
Итого за завтрак (полдник)		579	17	17	81	479		57,43 р



СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

Меню на 10 декабря 2021 г.

Рацион: Родительская плата

День: пятница

Неделя: 2



СОГЛАСОВАНО

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 10 декабря 2021 г.

Рацион: Родительская плата

День: пятница

Неделя: 2

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептуры	стоимость
			Б	Ж	У			ть
завтрак								
	Каша рисовая молочная жидкая	150/4	4	6	22	161	71	
полдник								
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	94,02	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
	Фрукты	120			12	56	101,03	
	Печенье "Детское"	20	0,77	1,43	5,94	35,1	118	
Итого за завтрак (полдник)		551	8,77	7,43	89,94	412,1		57,43 р



СОГЛАСОВАНО

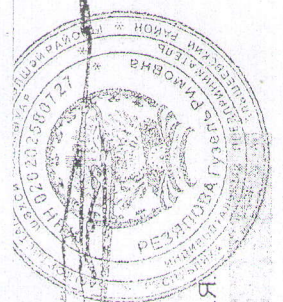
Директор МБОУ СОШ

Меню на 24 декабря 2021 г.

Рацион: Родительская плата

День: пятница

Неделя: 4



УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 24 декабря 2021 г.

Рацион: Родительская плата

День: пятница

Неделя: 4

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептуры	стоимость
			Б	Ж	У			ть
завтрак								
	Каша рисовая молочная жидкая	150/4	4	6	22	161	71	
полдник								
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	94,02	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
	Фрукты	120			12	56	101,03	
	Печенье "Детское"	20	0,77	1,43	5,94	35,1	118	
Итого за завтрак (полдник)		551	8,77	7,43	89,94	412,1		57,43 р

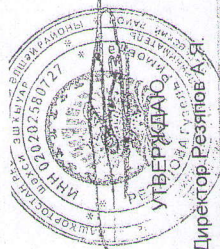
Цинк Хелат от Эвалар

13.27.jpg



СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ



УТВЕРЖАЮ

Директор Резяпов А.А.

Меню на 13 декабря 2021 г.

День: понедельник

Рацион: Родительская плата

Неделя: 3

Прием пищи	Наименование блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептуры	Стоимость
		Выход блюда	Б	Ж	У		
завтрак полдник	Макаронные изделия отварные	150/4	6	4	37	204	77.01
	Гуляш из отварной говядины	20/50	10	10	4	144	47.18
	Напиток из свежих мороженых ягод	200/10	1	21	89	102.03	
	Хлеб пшеничный	50	4	40	118	128.03	
	Печенье "Детское"	20	0,77	1,43	5,94	35,1	118
	Повидло	10			10	38	504
	Итого за завтрак (полдник)	514	21,77	15,43	117,94	628,1	57,43 р



СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

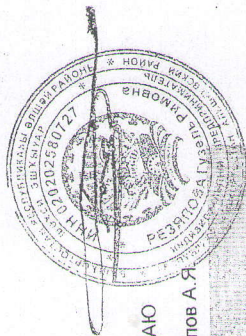
Меню на 27 декабря 2021 г.

День: понедельник

Рацион: Родительская плата

Неделя: 5

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак полдник	Макаронные изделия отварные	150/4	6	4	37	204	77.01	
	Гуляш из отварной говядины	20/50	10	10	4	144	47.18	
	Напиток из свежих мороженых ягод	200/10	1	21	89	102.03		
	Хлеб пшеничный	50	4	40	118	128.03		
	Печенье "Детское"	20	0,77	1,43	5,94	35,1	118	
	Повидло	10			10	38	504	
	Итого за завтрак (полдник)	514	21,77	15,43	117,94	628,1		57,43 р



УТВЕРЖАЮ

Директор Резяпов А.А.

Меню на 27 декабря 2021 г.

День: понедельник

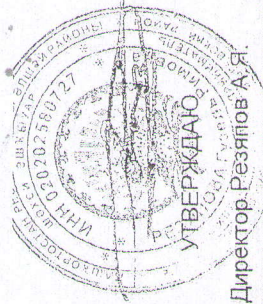
Рацион: Родительская плата

Неделя: 5



СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ



УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 13 декабря 2021 г.

День: понедельник

Рацион: Родительская плата

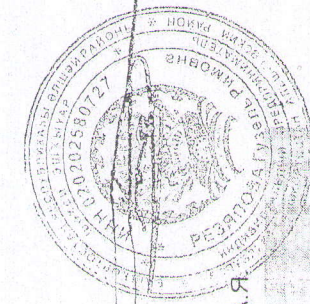
Неделя: 3

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептуры	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак полдник	Макаронные изделия отварные	150/4	6	4	37	204	77,01	
	Гуляш из отварной говядины	20/50	10	10	4	144	47,18	
	Напиток из свежих мороженых ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
	Печенье "Детское"	20	0,77	1,43	5,94	35,1	118	
	Повидло	10			10	38	504	
Итого за завтрак (полдник)		514	21,77	15,43	117,94	628,1		57,43 p



СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ



УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 27 декабря 2021 г.

День: понедельник

Рацион: Родительская плата

Неделя: 5

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептуры	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак полдник	Макаронные изделия отварные	150/4	6	4	37	204	77,01	
	Гуляш из отварной говядины	20/50	10	10	4	144	47,18	
	Напиток из свежих мороженых ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
	Печенье "Детское"	20	0,77	1,43	5,94	35,1	118	
	Повидло	10			10	38	504	
Итого за завтрак (полдник)		514	21,77	15,43	117,94	628,1		57,43 p



СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ №1

Меню на 14 декабря 2021 г.

День: вторник

Рацион: Родительская плата

Неделя: 3



УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.Я.

Меню на 14 декабря 2021 г.

День: вторник

Рацион: Родительская плата

Неделя: 3



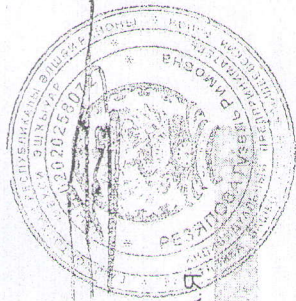
СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ №1

Меню на 28 декабря 2021 г.

День: вторник

Рацион: Родительская плата

Неделя: 5



УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.Я.

Меню на 28 декабря 2021 г.

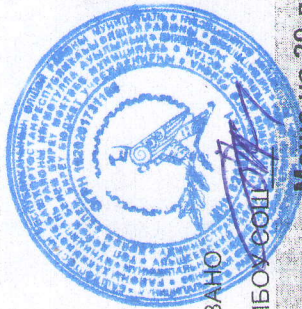
День: вторник

Рацион: Родительская плата

Неделя: 5

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептуры	стоимость
		Б	Б	Ж	У			Т
завтрак полдник	Салат "Здоровье"	60	1	3	5	52	34,01	
	Каша гречневая рассыпчатая	150/4	8	5	35	224	65	
	Мясо тушеное с овощами	50	6	7	2	94	29,05	
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	94,02	
	Сыр голландский	10	2	3		38	493	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
Итого за завтрак (полдник)		531	21	18	92	568		57,43 р

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептуры	стоимость
		Б	Б	Ж	У			Т
завтрак полдник	Салат "Здоровье"	60	1	3	5	52	34,01	
	Каша гречневая рассыпчатая	150/4	8	5	35	224	65	
	Мясо тушеное с овощами	50	6	7	2	94	29,05	
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	94,02	
	Сыр голландский	10	2	3		38	493	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
Итого за завтрак (полдник)		531	21	18	92	568		57,43 р



СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ № 1

Меню на 29 декабря 2021 г.

День: среда

Меню на 30 декабря 2021 г

Неделя: 5

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак полдник	Салат из свеклы с растительным маслом	60	0,83	5,05	4,84	68,05	19,02	
	Картофельное пюре	150/4	3	5	22	140	107,01	
	Котлеты из мяса птицы	60	9	10	5	126	486,01	
	Соус томатный	30	1	2	2	22	91,01	
	Чай витаминный	200/5			11	39	102,94	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	128,03
	Масло сливочное	8		7		60	492	492
Итого за завтрак (полдник)		567	17,83	29,05	84,84	573,05		57,43 р

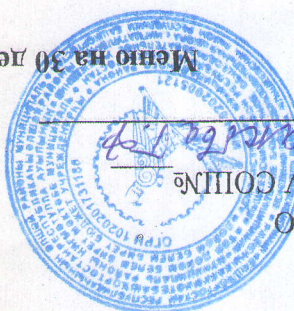
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Кал	№ рецепту
			Б	Ж	У		
завтрак	Плов из куриного филе	150	14	18	24	320	64
	Чай с сахаром	200			10	40	92,04
	Хлеб пшеничный	40	4		40	118	128
	Итого за завтрак	390	18	18	74	478	

Неделя: 5

День: четверг

ПОДАЦИЯ

Меню на 30 декабря 2021 г.



СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ №

Директор Резинов А.

УТВЕРЖДАЮ

