

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ

Меню на 7 ноября 2022 г.

Меню на 7 ноября 2022 г.

Рацион: дети из ММС, 1-4 классы, РП

День: понедельник

Неделя: 2

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность	Стоимость
			Б	Ж	У	ккал		
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

Рацион: дети из ММС, 5-11 классы

День: понедельник

Неделя: 2

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность	Стоимость
			Б	Ж	У	ккал		
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

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резянов А.Я.

Меню на 8 ноября 2022 г.

День: вторник

Рацион: дети из ММС, 1-4 классы, РП

Неделя: 2

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Дефекты приготовления	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак полдник	Салат Морковочка 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" фасованная 50 г	1 шт	2	5	21	135	132,01	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
Итого за завтрак (полдник)		510	20	24	104	651		59,76

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резянов А.Я.

Меню на 8 ноября 2022 г.

День: вторник

Рацион: дети из ММС, 5-11 классы

Неделя: 2

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Дефекты приготовления	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак полдник	Салат Морковочка 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		40	118	128,03	
Итого за завтрак (полдник)		560	22	26	107	681		67,21

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ

Директор Рязнов А.Д.

Меню на 9 ноября 2022 г.

с. Воздвиженское

Рацион: дети из ММС, 1-4 классы, РП

День: среда

Неделя: 2

Всего: 1000,00

Меню на 9 ноября 2022 г.

с. Воздвиженское

Рацион: дети из ММС, 5-11 классы

День: среда

Неделя: 2

Всего: 1000,00

Прим. пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Стоимость
			Б	Ж	У		
завтрак полдник	Салат из свеклы с растительным маслом	40	1	3	3	45	19,01
	Капша 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

Прим. пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Стоимость
			Б	Ж	У		
завтрак полдник	Салат из свеклы с растительным маслом	60	1	5	5	68	19
	Капша 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

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

Меню на 10 ноября 2022 г.

Рацион: дети из ММС, 1-4 классы, РП

День: четверг

Неделя: 2

Присл пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность ккал	Средняя рецептурная стоимость
			Б	Ж	У		
завтрак	Салат "Здоровье"	60	1	3	5	52	34,01
полдник	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

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

Меню на 10 ноября 2022 г.

Рацион: дети из ММС, 5-11 классы

День: четверг

Неделя: 2

Возрастная категория: 12 лет и старше

Присл пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность ккал	Средняя рецептурная стоимость
			Б	Ж	У		
завтрак	Салат "Здоровье"	60	1	3	5	52	34,01
полдник	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

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

Меню на 11 ноября 2022 г.
с. Воздвиженка

Район: дети из ММС, 1-4 классы, РП

Неделя: 2

7-11 лет

Прим. пици	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У	ккал		
завтрак								
полдник	Каша молочная "Дружба"	150/4	5	6	25	177	74	
	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)		509	10	16	88	460		59,76

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

Меню на 11 ноября 2022 г.

с. Воздвиженка

Район: дети из ММС, 5-11 классы

Неделя: 2

УТВЕРЖДАЮ

Директор Рязань

Дети: 12 лет и старше

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прим. пици	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У	ккал		
завтрак								
полдник	Каша молочная "Дружба"	150/4	5	6	25	177	74	
	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	10	16	88	460		67,21

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ

Меню на 14 ноября 2022 г.

с. Воздвиженское

Рацион: дети из ММС, 1-4 классы, РП

Неделя: 3

Прим. поппи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	Всего	
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

Меню на 14 ноября 2022 г.

с. Воздвиженское

Рацион: дети из ММС, 5-11 классы

Неделя: 3

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прим. поппи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	Всего	
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

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

Меню на 15 ноября 2022 г.

Рацион: дети из ММС, 1-4 классы, ГП

Неделя: 3

Дети: вторые

7-11 лет

Присм ощи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Лечебно- профилактическая стоимость
			Б	Ж	У		
завтрак полдник	Салат Витаминный	60	1	3	7	62	113
	Плов из куриного филе	180	13	23	36	383	64,14
	Напиток из свежих мороженых ягод	200/10	1		21	89	102,03
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03
	Повидло	15			8,5	34	128,03
Итого за завтрак (полдник)		515	19	26	113	686	59,76

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

Меню на 15 ноября 2022 г.

Рацион: дети из ММС, 5-11 классы

Неделя: 3

Дети: вторые

12 лет и старше

Присм ощи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Лечебно- профилактическая стоимость
			Б	Ж	У		
завтрак полдник	Салат Витаминный	60	1	3	7	62	113
	Плов из куриного филе	200	13	21	48	389	64,17
	Напиток из свежих мороженых ягод	200/10	1		21	89	102,03
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03
	Повидло	15			8,5	34	128,03
Итого за завтрак (полдник)		535	19	24	125	692	67,21

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

Меню на 16 ноября 2022 г.

Рацион: дети из ММС, 1-4 классы, РП

Итого:



СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

Меню на 16 ноября 2022 г.

Рацион: дети из ММС, 5-11 классы

Итого:

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ



Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Стоимость
			Б	Ж	У	Всего		
завтрак								
полдник	Салат Морковочка школьный	60	1	5	4	61	72,02	
	Овощное рагу с мясом	150	9	12	11	186	133,07	
	Чай витаминный	200/5			11	39	102,04	
	Печенье слоеное	30	2	5	21	135	132,01	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
Итого за завтрак (полдник)		495	16	22	87	539		59,76

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Стоимость
			Б	Ж	У	Всего		
завтрак								
полдник	Салат Морковочка школьный	60	1	5	4	61	72,02	
	Овощное рагу с мясом	200	16	20	16	291	133,04	
	Чай витаминный	200/5			11	39	102,04	
	Печенье слоеное	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

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

Меню на 17 ноября 2022 г.

с. Воздвиженка
Район: дети из ММС, 1-4 классы, РП

День: четверг

Неделя: 3

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Стоимость
			Б	Ж	У		
завтрак							
полдник	Салат из белокочанной капусты	60	1	3	7	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
Итого за завтрак (полдник)		534	20	12	38	470	89,76

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

Меню на 17 ноября 2022 г.

с. Воздвиженка
Район: дети из ММС, 5-11 классы

День: четверг

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	Салат из белокочанной капусты	60	1	3	7	63	5,01
	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
	Компот из смеси сухофруктов	200			15	60	97,02
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03
Итого за завтрак (полдник)		565	21	12	90	498	67,21

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ



Меню на 18 ноября 2022 г.

Рацион: дети из ММС, 1-4 классы, РП

Неделя: 3

Возрастная категория: 7-11 лет

Присм пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энер- ге- тиче- ская ценность	№ рецеп- туры	Стоим мость
			Б	Ж	У			
завтрак								
подлинк	Каша пшеничная молочная жидкая	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	
Итого за завтрак (подлинк)		554	11	17	91	489		59,76

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ

Директор Республиканского



Меню на 18 ноября 2022 г.

Рацион: дети из ММС, 5-11 классы

Неделя: 3

Возрастная категория: 12 лет и старше

Присм пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энер- ге- тиче- ская ценность	№ рецеп- туры	Стоим мость
			Б	Ж	У			
завтрак								
подлинк	Каша пшеничная молочная жидкая	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 (подлинк)		554	11	17	90	474		67,21

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ

Меню на 21 ноября 2022 г.

Рацион: дети из ММС, 1-4 классы, ГП

Полость: 4

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность	Стоимость
			Б	Ж	У	ккал		
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

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ

Меню на 21 ноября 2022 г.

Рацион: дети из ММС, 5-11 классы

Неделя 4

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность	Стоимость
			Б	Ж	У	ккал		
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

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ



УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ

Меню на 22 ноября 2022 г.

Рацион: Асия из ММС, 1-4 классы, РП

Неделя: 4

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность	Стоимость
			Б	Ж	У	ккал		
	Салат Морковча школьный	60	1	5	4	61	72,02	
завтрак	Жаркое по-Домашнему из говядины	150	13	14	24	277	480,01	
полдник	Компот из смеси сухофруктов	200			15	60	97,02	
	Печенье "Сдобная шкватная" фасованная 50 г	1 шт	2	5	21	135	132,01	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
Итого за завтрак (полдник)		510	20	24	104	651		59,76

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ

Меню на 22 ноября 2022 г.

Рацион: дети из ММС, 5-11 классы

Неделя: 4

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность	Стоимость
			Б	Ж	У	ккал		
	Салат Морковча школьный	60	1	5	4	61	72,02	
завтрак	Жаркое по-Домашнему из говядины	200	15	16	27	307	517	
полдник	Компот из смеси сухофруктов	200			15	60	97,02	
	Печенье "Сдобная шкватная" 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	26	107	681		67,21



СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

Меню на 23 ноября 2022 г.

с. Воздвиженское

Район: дети из ММС, 1-4 классы, РП

День: среда

Неделя: 4

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность	Стоимость
			Б	Ж	У	ккал		
завтрак подник	Салат из свеклы с растительным маслом	40	1	3	3	45	19,01	
	Капша гречневая рассычатая	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 (подник)		551	32	29	90	703		59,76

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

Меню на 23 ноября 2022 г.

с. Воздвиженское

Район: дети из ММС, 5-11 классы

День: среда

Неделя: 4

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность	Стоимость
			Б	Ж	У	ккал		
завтрак подник	Салат из свеклы с растительным маслом	60	1	5	5	68	19	
	Капша гречневая рассычатая	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 (подник)		571	32	31	92	726		67,21

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

Меню на 24 ноября 2022 г.

с Воздвиженским
Рацион: дети из ММС, 1-4 классы, РП

Неделя: 4

Прим. пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Стоимость
			Б	Ж	У		
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

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

Меню на 24 ноября 2022 г.

с Воздвиженским
Рацион: дети из ММС, 5-11 классы

Неделя: 4

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прим. пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Стоимость
			Б	Ж	У		
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

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ

Директор РОВИТО А.С.

Меню на 28 ноября 2022 г.

Меню на 28 ноября 2022 г.

Рацион: дети из ММС, 1-4 классы, РП

Рацион: дети из ММС, 5-11 классы

Неделя: 5

Неделя: 5

Возрастная категория: 12 лет и старше

Приним пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энер- гетичес- кая цен- ность	Жир- ность	Содержи- мость
			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

Приним пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энер- гетичес- кая цен- ность	Жир- ность	Содержи- мость
			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

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

Меню на 29 ноября 2022 г.

Рацион: дети из ММС, 1-4 классы, ГП

День: вторник

Неделя: 5

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	ккал	
завтрак							
полдник	Салат Витаминный	60	1	7	62	113	
	Плов из куриного филе	180	13	23	36	383	64,14
	Напиток из свежих мороженых ягод	200/10	1	21	89	102,03	
	Хлеб пшеничный	50	4	40	118	128,03	
	Повидло	15		8,5	34	128,03	
Итого за завтрак (полдник)		515	23	255	101	537	59,76

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

Меню на 29 ноября 2022 г.

Рацион: дети из ММС, 5-11 классы

День: вторник

Неделя: 5

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	ккал	
завтрак							
полдник	Салат Витаминный	60	1	3	7	62	113
	Плов из куриного филе	200	13	21	48	389	64,17
	Напиток из свежих мороженых ягод	200/10	1	21	89	102,03	
	Хлеб пшеничный	50	4	40	118	128,03	
	Повидло	15		8,5	34	128,03	
Итого за завтрак (полдник)		535	23	253	113	543	67,21

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ

Меню на 30 ноября 2022 г.

с. Водовитенское

Район: дети из ММС, 1-4 классы, РП

День: среда

Неделя: 5

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	В	Р	С	
завтрак									
полдник	Салат Морковча школьный	60	1	5	4	61			72,02
	Овощное рагу с мясом	150	9	12	11	186			434,07
	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
Итого за завтрак (полдник)		495	16	22	87	539			59,76

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ

Меню на 30 ноября 2022 г.

с. Водовитенское

Район: дети из ММС, 5-11 классы

День: среда

Неделя: 5

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	В	Р	С	
завтрак									
полдник	Салат Морковча школьный	60	1	5	4	61			72,02
	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

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ

Дотация

Меню на 30 ноября 2022 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептур	стоимость
			Б	Ж	У			
	Макаронные изделия отварные	180/5	7	4	44	246	77,02	
	Соус томатный	30		1	2	22	91,04	
	Чай с сахаром	200			9	25	92,04	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
	Печенье	20	2	4	14	90	47,1	
Итого		485	13	9	109	501	344,19	32,87