



СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ с. Печоры

Меню на 1 декабря 2022 г.

День: четверг

Рацион: 1-4 классы

Неделя: 3

7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. е-ты	№ рецептур	Стоимость
			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	
	Итого за завтрак (полдник)	554	20	12	86	470		76,2

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ с. Печоры

Меню на 2 декабря 2022 г.

День: пятница

Рацион: 1-4 классы

Неделя: 3

7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. е-ты	№ рецептур	Стоимость
			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	
	Итого за завтрак (полдник)	754	11	17	91	489		76,2



СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ с. Печоры

Меню на 1 декабря 2022 г.

День: четверг

Рацион: дети из ММС

Неделя: 3

12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. е-ты	№ рецептур	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак								
полдник	Салат "Пестрый"	60	1	3	8	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 с. Печоры

Меню на 2 декабря 2022 г.

День: пятница

Рацион: дети из ММС

Неделя: 3

12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. е-ты	№ рецептур	Стоимость
			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

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ с. Килеестуево
Меню на 5 декабря 2022 г.
День: понедельник
Неделя: 2
Рацион: 1-4 классы

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность			Стоимость
			Б	Ж	У	к	с	б	руб
завтрак	Маринад овощной	30	1	3	4	44	509,1		
полдник	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	624,8			76,2

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ с. Килеестуево
Меню на 6 декабря 2022 г.
День: вторник
Неделя: 2
Рацион: 1-4 классы

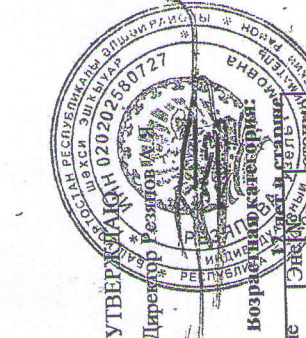
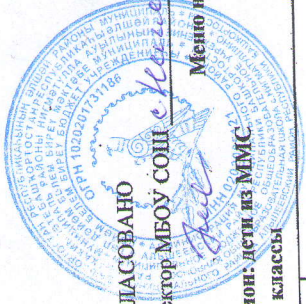
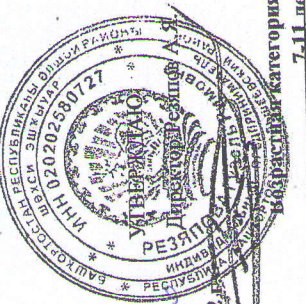
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность			Стоимость
			Б	Ж	У	к	с	б	руб
завтрак	"Салат"Здоровье	60	0,9	3,06	5,18	52,32	72,02		
полдник	Жаркое по - Домашнему из говядины	180	13	14	24	277	480,01		
	Компот из смеси сухофруктов	200			15	60	97,02		
	Печенье "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	22,2	135	783,9			76,2

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ с. Килеестуево
Меню на 5 декабря 2022 г.
День: понедельник
Неделя: 2
Рацион: дети из ММС 5-11 классы

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность			Стоимость
			Б	Ж	У	к	с	б	руб
завтрак	Маринад овощной	30	1	3	4	44	509		
полдник	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		
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128		
Итого за завтрак (полдник)		560	18	18	113	663			67,21

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ с. Килеестуево
Меню на 6 декабря 2022 г.
День: вторник
Неделя: 4
Рацион: дети из ММС 5-11 классы

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность			Стоимость
			Б	Ж	У	к	с	б	руб
завтрак	"Салат"Здоровье	60	0,9	3,06	5,18	52	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	24,1	108	672			67,21



СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ с. Киньестуево

Меню на 7 декабря 2022 г.

Рацион: 1-4 классы

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ с. Киньестуево

Меню на 7 декабря 2022 г.

Рацион: 5-11 классы

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ с. Киньестуево

Меню на 7 декабря 2022 г.

Рацион: 5-11 классы

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ с. Киньестуево

Меню на 7 декабря 2022 г.

Рацион: 5-11 классы

Рацион: 1-4 классы

Рацион: 5-11 классы

Рацион: 5-11 классы

Рацион: 5-11 классы

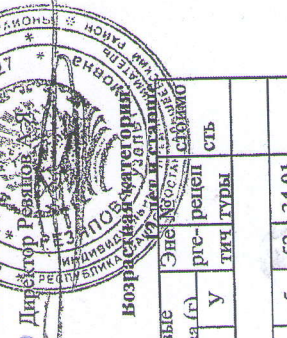
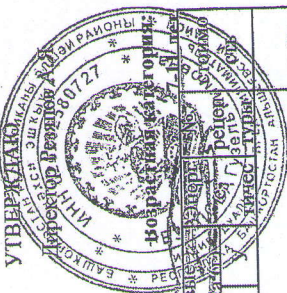
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)	Энергетическая ценность	№ рецептур	Стоимость
завтрак						
полдник	Салат "Витаминный"	60	1 3 7	62	19,01	
	Капша гречневая рассыпчатая	150/4	8 5 35	224	65	
	Куры отварные (бедро)	70	19 20	252	521	
	Соус томатный	30	1 2 22	91,04		
	Чай с лимоном и сахаром	200/7	10 42	94,02		
	Хлеб пшеничный	50	4 40	118	128,03	
Итого за завтрак (полдник)		771	33 29,2 120	812		76,2

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ с. Киньестуево

Меню на 8 декабря 2022 г.

Рацион: 1-4 классы

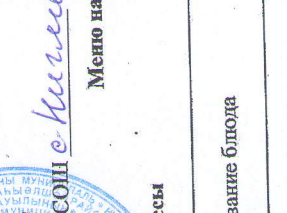
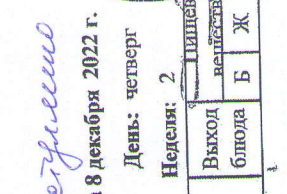
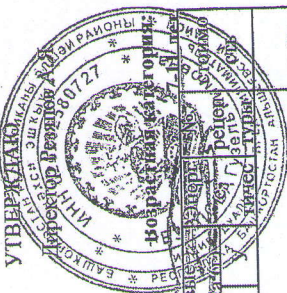
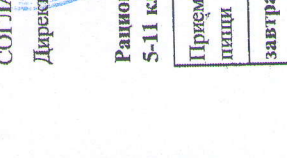
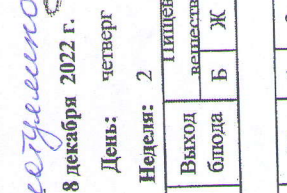
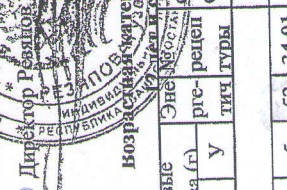


СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ с. Киньестуево

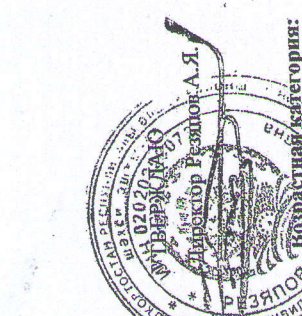
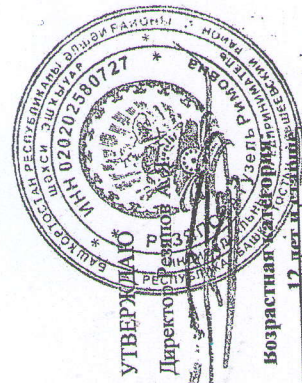
Меню на 8 декабря 2022 г.

Рацион: 5-11 классы



Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)	Энергетическая ценность	№ рецептур	Стоимость
завтрак						
полдник	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 21	89	102,03	
	Хлеб пшеничный	50	4 40	118	128,03	
Итого за завтрак (полдник)		514	21 12 90	488		76,2

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)	Энергетическая ценность	№ рецептур	Стоимость
завтрак						
полдник	Огурцы соленные	30	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 мороженных ягод	200/10	1 21	89	102,03	
	Хлеб пшеничный	50	4 40	118	128,03	
Итого за завтрак (полдник)		545	22 12 94	516		67,21



СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ с. Милосотулевского
Меню на 9 декабря 2022 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор Респон А.А.
Меню на 9 декабря 2022 г.

Рацион: дети из ММС
5-11 классы

День: пятница

Неделя: 2

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Пшеничные изделия (г)			Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)	Рецептурный код	Стоимость
		Б	Ж	У				
завтрак	Каша молочная "Дружба"	150/4	5	6	25	177	74	
полдник	Чай с сахаром	200			9	25	92,04	
	Бутерброд с повидлом	50/15	3,9	0,45	49,6	185	1,04	
	Десерт "Витаминный"	60	2	3	35	77	527	
Итого за завтрак (подник)		474	10	16	88	460		67,21

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ с. Милосотулевского
Меню на 12 декабря 2022 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор Респон А.А.
Меню на 12 декабря 2022 г.

Рацион: дети из ММС
5-11 классы

День: понедельник

Неделя: 3

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Пшеничные изделия (г)			Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)	Рецептурный код	Стоимость
		Б	Ж	У				
завтрак	Макаронные изделия с тертым сыром	180/10	8	44	288	77,04		
полдник	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 (подник)		547	15	8	107	494		67,21

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ с. Милосотулевского
Меню на 9 декабря 2022 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор Респон А.А.
Меню на 9 декабря 2022 г.

Рацион: 1-4 классы

День: пятница

Неделя: 2

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Пшеничные изделия (г)			Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)	Рецептурный код	Стоимость
		Б	Ж	У				
завтрак	Каша молочная "Дружба"	150/4	5	6	25	177	74	
полдник	Чай с сахаром	200			9	25	92,04	
	Бутерброд с повидлом	50/15	3,9	0,45	49,6	185	1,04	
	Десерт "Витаминный"	60	2	3	35	77	527	
Итого за завтрак (подник)		519	12	9,58	149	605,6		76,2

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ с. Милосотулевского
Меню на 12 декабря 2022 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор Респон А.А.
Меню на 12 декабря 2022 г.

Рацион: 1-4 классы

День: понедельник

Неделя: 3

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Пшеничные изделия (г)			Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)	Рецептурный код	Стоимость
		Б	Ж	У				
завтрак	Макаронные изделия с тертым сыром	150/8	8	6	37	237	77,06	
полдник	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 (подник)		561	13	6	109	479,6		76,2



СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ с. Ковтуново

Меню на 13 декабря 2022 г.

Рацион: 1-4 классы

День: вторник

Неделя: 3

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Стоимость
			Б	Ж	У		
завтра							
полдн	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
	Мармелад долька лимона	2 шт			8,5	34	128,03
	Дополн "Покорный"	1 шт					
Итого за завтрак (полдник)		520	19	26	113	686	76,2

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ с. Ковтуново

Меню на 14 декабря 2022 г.

Рацион: 1-4 классы

День: среда

Неделя: 3

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Стоимость
			Б	Ж	У		
завтра							
полдн	Салат "Осень"	60	1	5	11	95	133,1
	Овощное рагу с мясом	150	9	12	11	186	133,07
	Чай витаминный	200/5			11	39	102,04
	Печенье сладкое	30	2	5	21	135	132,01
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03
	Мармелад фруктовый	1 шт					
Итого за завтрак (полдник)		510	16	22	87	539	76,2



СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ с. Ковтуново

Меню на 13 декабря 2022 г.

Рацион: дети из ММС

День: вторник

Неделя: 5

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Стоимость
			Б	Ж	У		
завтра							
полдн	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
	Мармелад долька лимона	2 шт			8,5	34	128,03
Итого за завтрак (полдник)		565	19	24	125	692	67,21

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ с. Ковтуново

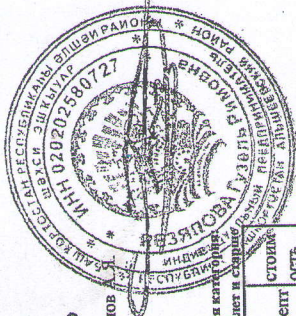
Меню на 14 декабря 2022 г.

Рацион: дети из ММС

День: среда

Неделя: 3

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



7. пер

Прием пищи	Наименование блюда	Выход и блюда	Пищевые вещества (г)				Эне-гетиче-ские уры	№ ре-септ	Стоим-ость
			Б	Ж	У	с232			
завтрак									
полдник	Салат "Пестрый"	60	1	3	8	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			67,20

Возрастная категория:
17 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход д блода	Пищевые вещества (г)			Эне- рге- тиче- ские уры	№ ре- цепт уры	Стоимость
			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



СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

Меню на 19 декабря 2022 г.

Рацион: 1-4 классы

День: понедельник

Неделя: 4

7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептур	Стоимость
			Б	Ж	У	ккал		
завтрак								
полдник	Маринад овощной	30	1	3	4	44	509	
	Макаронные изделия отварные	150/4	6	4	37	204	77,01	
	Котлеты из мяса птицы	60	6	19	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	66	65	375	672	

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

Меню на 20 декабря 2022 г.

Рацион: 1-4 классы

День: вторник

Неделя: 4

7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептур	Стоимость
			Б	Ж	У	ккал		
завтрак								
полдник	"Салат" Здоровье	60	1	3,1	5,2	52,3	72,02	
	Жаркое по-домашнему из говядины	180	13	14	24	277	480,01	
	Компот из смеси сухофруктов	200			15	60	97,02	
	Печенье "Сдобная пахматная" 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



СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

Меню на 19 декабря 2022 г.

Рацион: дети из ММС

День: понедельник

Неделя: 4

12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептур	Стоимость
			Б	Ж	У	ккал		
завтрак								
полдник	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	65	375	672	

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

Меню на 20 декабря 2022 г.

Рацион: дети из ММС

День: вторник

Неделя: 4

12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептур	Стоимость
			Б	Ж	У	ккал		
завтрак								
полдник	"Салат" Здоровье	60	0,9	3	5,18	52,3	72,02	
	Жаркое по-домашнему из говядины	200	15	16	27	307	517	
	Компот из смеси сухофруктов	200			15	60	97,02	
	Печенье "Сдобная пахматная" 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



СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ с. Кизилжар

Меню на 21 декабря 2022 г.

Рацион: 1-4 классы

День: среда

Неделя: 4

Прием пищи	Наименование блюда	Выход					Пищевые вещества (г)					Энергетическая ценность	Стоимость
		блюда	Б	Ж	У	г	Б	Ж	У	г	ккал		
завтрак													
полдник	Салат "Витаминный"	60	1	3	7	62	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)		771	32	29	94	720							76,2

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ с. Кизилжар

Меню на 22 декабря 2022 г.

Рацион: 1-4 классы

День: среда

Неделя: 4

Прием пищи	Наименование блюда	Выход					Пищевые вещества (г)					Энергетическая ценность	Стоимость
		блюда	Б	Ж	У	г	Б	Ж	У	г	ккал		
завтрак													
полдник	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		21	89	102,03						
	Хлеб пшеничный	50	4	40	118	128,03							
Итого за завтрак (полдник)		514	21	12	90	488							76,2



СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ с. Кизилжар

Меню на 21 декабря 2022 г.

Рацион: дети из ММС

День: среда

Неделя: 4

Прием пищи	Наименование блюда	Выход					Пищевые вещества (г)					Энергетическая ценность	Стоимость
		блюда	Б	Ж	У	г	Б	Ж	У	г	ккал		
завтрак													
полдник	Салат "Витаминный"	60	1	3	7	62	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							67,21
Итого за завтрак (полдник)		571	32	29	94	720							

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ с. Кизилжар

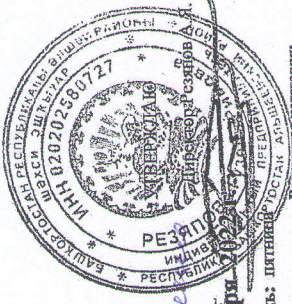
Меню на 22 декабря 2022 г.

Рацион: дети из ММС

День: четверг

Неделя: 4

Прием пищи	Наименование блюда	Выход					Пищевые вещества (г)					Энергетическая ценность	Стоимость
		блюда	Б	Ж	У	г	Б	Ж	У	г	ккал		
завтрак													
полдник	Огурцы соленные	30	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 мороженных ягод	200/10	1		21	89	102,03						
	Хлеб пшеничный	50	4	40	118	128,03							
Итого за завтрак (полдник)		545	22	12	94	516							67,21



УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ с. Мещеряковское Резинов А.А.

Меню на 23 декабря 2022 г.

День: пятница

Рацион: дети из ММС

Возрастная категория: 5-11 классы

Возрастная категория: 7-11 лет

Рацион: 1-4 классы

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептур	Стоимость
			Б	Ж	У			
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	4	0,5	50	185	1,04	
	Десерт "Витаминный"	60	2	3	35	77	527	
Итого за завтрак (полдник)		474	10	16	88	460		67,21

СОГЛАСОВАНО	УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ СОШ с. Мещеряковское Резинов А.А.	Директор МБОУ СОШ с. Мещеряковское Резинов А.А.
Меню на 26 декабря 2022 г.	Меню на 26 декабря 2022 г.
Рацион: дети из ММС	Рацион: дети из ММС
Возрастная категория: 5-11 классы	Возрастная категория: 5-11 классы

СОГЛАСОВАНО	УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ СОШ с. Мещеряковское Резинов А.А.	Директор МБОУ СОШ с. Мещеряковское Резинов А.А.
Меню на 23 декабря 2022 г.	Меню на 23 декабря 2022 г.
Рацион: 1-4 классы	Рацион: 1-4 классы
Возрастная категория: 7-11 лет	Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептур	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак								
полдник	Макаронные изделия с тертым сыром	180/10	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

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ 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)		561	13	6	109	480		76,2



СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ с. Искеевское

Меню на 27 декабря 2022 г.

Рацион: 1-4 классы



СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ с. Искеевское

Меню на 27 декабря 2022 г.

Рацион: дети из ММС 5-11 классы

УТВЕРЖДАЮ

Директор Рязов

День: вторник

Неделя 5

Возрастная категория 12 лет и старше

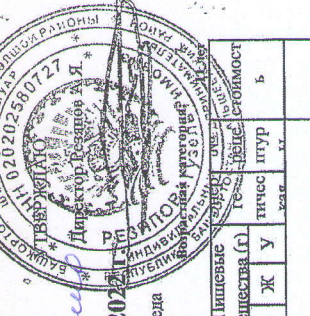
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)					Энергетическая ценность	Стоимость
			Б	Ж	У	г	ккал		
завтрак									
полдник	Салат "Витаминный"	60	1	3	7	62	113		
	Плов из куриного филе	180	13	23	36	383	64,14		
	Напиток из свежих мороженных ягод	200/10	1		21	89	102,03		
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03		
	Мармелад долька лимона	2 шт			8,5	34	128,03		
	Чай-пан	1 шт							
Итого за завтрак (полдник)		520	19	26	113	686			76,2

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ с. Искеевское

Меню на 28 декабря 2022 г.

Рацион: 1-4 классы



УТВЕРЖДАЮ

Директор Рязов

День: среда

Неделя 5

УТВЕРЖДАЮ

Директор Рязов

День: среда

Неделя 5

Возрастная категория 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)					Энергетическая ценность	Стоимость
			Б	Ж	У	г	ккал		
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	1 шт							
Итого за завтрак (полдник)		510	16	22	87	539			76,2

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)					Энергетическая ценность	Стоимость
			Б	Ж	У	г	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 мороженных ягод	200/10	1		21	89	102,03		
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03		
	Мармелад долька лимона	20			8,5	34	128,03		
Итого за завтрак (полдник)		540	19	24	125	692			67,21

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



СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

Меню на 29 декабря 2022 г.

День: четверг

Рацион: 1-4 классы

Неделя: 5

Возрастная категория: 1-4 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Питательные вещества (г)				Выход блюда	Энергетическая ценность	Стоимость
		Б	Ж	У	ккал			
завтрак	Салат "Пестрый"	60	1	3	8	63	5,01	
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	
	Компот из смеси сухофруктов	200			15	60	97,02	
	Хлеб пшеничный	50	4	40	118	128,03		
договор	Печенье сладкое	2 шт	2	4	14	90	47,4	
Итого за завтрак (полдник)		554	20	12	86	470		76,2



СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

Меню на 29 декабря 2022 г.

День: четверг

Рацион: дети из ММС

Неделя: 5

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Питательные вещества (г)				Энергетическая ценность	Стоимость
			Б	Ж	У	ккал		
завтрак	Салат "Пестрый"	60	1	3	8	63	5,01	
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	
	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



УТВЕРЖДАЮ

Директор Регионального центра

Меню на 29 декабря 2022 г.

День: четверг

Рацион: дети из ММС

Неделя: 5

Возрастная категория: 12 лет и старше