

**СОГЛАСОВАНО**

Директор МБОУ СОШ № 1

Рацион: дети из ММС, 1-4 классы

**УТВЕРЖДАЮ**

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 1 марта 2022 г.

День: вторник

Возрастная категория: 1-4 лет

Неделя: 1

Группа пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептурь	стоимость
			Б	Ж	У			
<b>завтрак</b>								
	Картофельное пюре	150/4	3	5	22	140	107	
	Азу из говядины	35/30	10	17	3	209	44,05	
	Напиток из свежих мороженых ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,93	
	Печенье "Детское"	20	0,77	1,43	5,94	35,1	118	
	Повидло	10	"		7	25		
<b>Итого за завтрак(полдник) и обед</b>			<b>509</b>	<b>18,77</b>	<b>23,43</b>	<b>98,94</b>	<b>616,1</b>	<b>59,76</b>

СОГЛАСОВАНО

Директор МБДУ СОШ № 34 Резяпов А.Я.

УТВЕРЖДАЮ

Меню на 1 марта 2022 г.

Рацион: дети из ММС 5-11 классы

День: вторник

Возрастная категория: 12 лет и

старше

Неделя: 1

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептурь	стоимость
			Б	Ж	У			
<b>завтрак</b>								
	Картофельное пюре	180/5	4	5	26	168	107,02	
	Азу из говядины	35/30	10	17	3	209	44,05	
	Напиток из свежих мороженых ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
	Печенье "Детское"	30	0,77	1,43	5,94	35,1	118	
	Повидло	15			10	38	504	
<b>Итого за завтрак(полдник) и обед</b>		<b>555</b>	<b>19,77</b>	<b>23,43</b>	<b>105,94</b>	<b>657,1</b>		<b>67,21</b>



СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

*Возбуженова*

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 2 марта 2022 г.

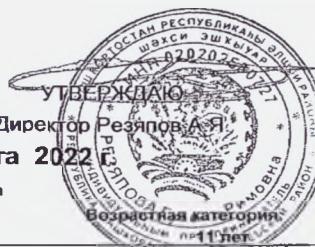
День: среда

Рацион: дети из ММС 1-4 классы

Возрастная категория:

12 лет и старше

Неделя: 1



УТВЕРЖДАЮ

Григорьев



СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

*Возбуженова*

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 2 марта 2022 г.

День: среда

Рацион: дети из ММС 5-11 классы

Возрастная категория:

12 лет и старше

Неделя: 1



УТВЕРЖДАЮ

Григорьев

Резяпова Гузель Римовна

Директор МБОУ СОШ

*Альшевский район*

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептурь	стоимость
			Б	Ж	У			
<b>завтрак</b>								
полдник	Салат "Школьный"	60	1	5	4	65	25	
	Плов из куриного филе	180	13	23	36	383	64,07	
	Компот из смеси сухофруктов	200			14,97	59,85	97,02	
	Сыр голландский	10	2	3		38	493	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
	<b>Итого за завтрак (полдник)</b>	<b>500</b>	<b>20</b>	<b>31</b>	<b>94,97</b>	<b>663,85</b>		<b>59,76</b>

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептурь	стоимость
			Б	Ж	У			
<b>завтрак</b>								
полдник	Салат "Школьный"	80	1	7	5	86	25,01	
	Плов из куриного филе	220	16,5	28,6	44	465,3	64,02	
	Компот из смеси сухофруктов	200			14,97	59,85	97,02	
	Сыр голландский	15	4	5		56		
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
	<b>Итого за завтрак (полдник)</b>	<b>565</b>	<b>25,5</b>	<b>40,6</b>	<b>103,97</b>	<b>785,15</b>		<b>67,21</b>

СОГЛАСОВАНО  
Директор МБОУ СОШ

Ильинская



Меню на 3 марта 2022 г.

День: четверг

Рацион: дети из ММС, 1-4 классы

ГУЗЕЛЬ РИМОВНА РЕЗЯНОВА

Неделя: 1

Возрастная категория:

11 лет

7-

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептурь	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак полдник	Жаркое по домашнему из говядины	150	11	11,7	20,12	230,43	448,01	
	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)		505	18	14,7	75,12	446,43		59,76

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпова А. Я.

Меню на 3 марта 2022 г..

Рацион: дети из ММС 5-11 классы

День: четверг

Неделя: 1

Возрастная категория:

12 лет и старше/Эль Римовна

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептурь	ПРЕЦЕНТ СТОИМОСТИ
			Б	Ж	У			
завтрак полдник	Жаркое по домашнему из говядины	200	14,67	15,66	26,8	307,31	517	
	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)		555	21,67	18,66	81,8	523,31		67,21

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ

Директор МБОУ СОШ воздвижская Директор Р

Решебник по математике из ММС 1-4 классы

День: пятница

Неделя: 1

Возрастная категория:

7

1990-1991  
Yearbook

Меню на 4 марта 2022 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецепты	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак пополнник	Каша рисовая молочная жидкая	150/4	4	6	22	161	71	
	Чай с сахаром	200			9	25	92,03	
	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	
<b>Итого за завтрак (пополнник)</b>		<b>544</b>	<b>8,77</b>	<b>7,43</b>	<b>88,94</b>	<b>395,1</b>		<b>59,76</b>

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ № 1 Рязань А.Я.

УТВЕРЖДАЮ



Меню на 4 марта 2022 г..

Рацион: дети из ММС 5-11 классы

День: пятница

Неделя: 1

Возрастная категория:

12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептуры	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак полдник	Каша рисовая молочная жидкая	180/4,5	5	8	26	194	72,01	
	Чай с сахаром	200			9	25	92,03	
	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 (половину)		574,5	9,77	9,43	92,94	428,1		67,21



**СОЛНЦОДАЙЮ**

Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Н.

**Меню на 5 марта 2022 г**

День: суббота

Рацион: дети из ММС, 1-4 классы

Возрастная категория:

Неделя: 1

11 лет

Прическа пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецепттуры	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак полдник	Салат "Здоровье"	60	1	3	5	52	34,01	
	Макаронные изделия отварные	150/4	6	4	37	204	77,01	
	Мясо тушеное с овощами	50	6	7	2	94	29,05	
	Напиток из свежих мороженых ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	Сыр голландский	10	2	3		38	493	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
	Итого за завтрак (половинка)	534	20	17	105	595		59,76

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ № 19 Бурякенова

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Рацион: дети из ММС 5-11 классы

Меню на 5 марта 2022 г

День: суббота

Неделя: 1

Возрастная категория:

12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептуры	стоимость
			Б	Ж	У			
<b>завтрак</b>								
полдник	Салат "Здоровье"	60	1	3	5	52	34,01	
	Макаронные изделия отварные	180/5	7	4	44	246	77,02	
	Мясо тушеное с овощами	50	6	7	2	94	29,05	
	Напиток из свежих мороженых ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	Сыр голландский	15	4	5		56		
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
<b>Итого за завтрак (полдник)</b>			<b>570</b>	<b>23</b>	<b>19</b>	<b>112</b>	<b>655</b>	<b>67,21</b>

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

Рацион: дети из ММС, 1-4 классы

*Возобуждение*

*Мухамедов*

Меню на 9 марта 2022

День: среда

Неделя: 2

Возрастная категория:

11 лет

7-

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептурь	стоимость
			Б	Ж	У			
<b>завтрак</b>								
поднник	Каша гречневая рассыпчатая	150/4	8	5	35	224	65	
	Котлеты из мяса птицы	60	9	10	5	126	486,01	
	Соус томатный	30	1	2	2	22	91,01	
	Чай с сахаром	200			9	25	92,03	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
	Повидло	10	.		7	25		
<b>Итого за завтрак (поднник)</b>		<b>511</b>	<b>22</b>	<b>17</b>	<b>98</b>	<b>540</b>		<b>59,76</b>



УТВЕРЖДАЮ

СОГЛАСОВАНО  
Директор МБОУ СОШ № 1

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 9 марта 2022 г.

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)			Ккал	№ рецептурь	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Каша гречневая рассыпчатая	180/5	11	6	49	297	65,02	
	Котлеты из мяса птицы	60	9	10	5	126	486,01	
	Соус томатный	30	1	2	2	22	91,01	
	Чай с сахаром	200			9	25	92,03	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
	Повидло	15			10	38	504	
Итого за завтрак (полдник)		550	25	18	115	626		67,21



Директор МБОУ СОШ № 11 Губайдуллаев Р.Р.

Директор Резяпов А.Я.

**Меню на 10 марта 2022 г.**

Рацион: дети из ММС, 1-4 классы

День: четверг

Неделя: 2

Возрастная категория:

11 лет

7-

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептурь	стоимо сть
			Б	Ж	У			
<b>завтрак</b>								
полдник	Плов из куриного филе	150	14	18	24	320	64	
	Чай витаминный	200/5			11	39	102,04	
	Кисломолочный продукт	100	3	3	4	59	106,07	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
<b>Итого за завтрак (поздник)</b>		<b>505</b>	<b>21</b>	<b>21</b>	<b>79</b>	<b>536</b>		<b>59,76</b>

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

*Валерияненко*

Рацион: дети из ММС 5-11 классы

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 10 марта 2022 г.

День: четверг

Неделя: 2

Возрастная категория:

12 лет и старше



Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептуры	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Плов из куриного филе	200	18,67	24	32	426,67	65	
	Чай витаминный	200/5			11	39	102	
	Кисломолочный продукт	100	3	3	4	59	106,07	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
	Итого за завтрак (полдник)	555	25,67	27	87	642,67		67,21

СОГЛАСОВАНО  
Директор МБОУ СОШ

Бородинская А.Я.

Рацион: дети из ММС, 1-4 классы

Меню на 11 марта 2022 г.

День: пятница

Неделя: 2

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Римовна  
Возрастная категория:  
11 лет

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

Бородинская

Меню на 11 марта 2022 г.

День: пятница

Неделя: 2

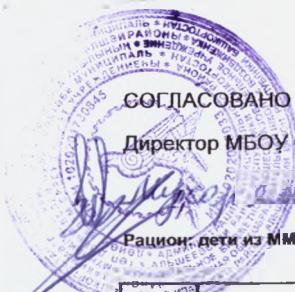
УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Римовна  
Возрастная категория:  
12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептурь	стоимость
			Б	Ж	У			
<b>завтрак</b>								
поздник	Каша молочная "Дружба"	150/4	5	6	25	177	74	
	Чай с сахаром	200			10	40	92,04	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
	Повидло	10			7	25		
	Сок фруктовый	200			12	56	101,03	
<b>Итого за завтрак (поздник)</b>		<b>614</b>	<b>9</b>	<b>6</b>	<b>94</b>	<b>416</b>		<b>59,76</b>

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептурь	стоимость
			Б	Ж	У			
<b>завтрак</b>								
поздник	Каша молочная "Дружба"	180/5	6	7	30	210	74,02	
	Чай с сахаром	200			10	40	92,04	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
	Повидло	15			10	38		
	Сок фруктовый	200			12	56	101,03	
<b>Итого за завтрак (поздник)</b>		<b>650</b>	<b>10</b>	<b>7</b>	<b>102</b>	<b>462</b>		<b>67,21</b>



СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ Водниковская Директор Резяпов А.Я.

УТВЕРЖДАЮ

Меню на 14 марта 2022г

Рацион: дети из ММС, 1-4 классы

День: понедельник

Неделя: 3

Возрастная категория:

7-

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептурь	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Макаронные изделия отварные	150/4	6	4	37	204	77,01	
	Котлеты из мяса птицы	60	9	10	5	126	486,01	
	Соус томатный	30	1	2	2	22	91,01	
	Чай с сахаром	200			9	25	92,03	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
	Масло сливочное	8		7		60	492	
Итого за завтрак (полдник)		509	20	23	93	555		59,76



СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ Водниковская Директор Резяпов А.Я.

УТВЕРЖДАЮ

Меню на 14 марта 2022 г

Рацион: дети из ММС 5-11 классы

День: понедельник

Неделя: 3

Возрастная категория:

12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептурь	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Макаронные изделия отварные	180/5	7	4	44	246	77,02	
	Котлеты из мяса птицы	60	9	10	5	126	486,01	
	Соус томатный	30	1	2	2	22	91,01	
	Чай с сахаром	200			9	25	92,03	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
	Масло сливочное	10		7		66	492	
Итого за завтрак (полдник)		545	21	23	100	603	1366,1	67,21



**СОГЛАСОВАНО**

Директор МБОУ СОШ

Рацион: дети из ММС, 1-4 классы

*Богданова*  
Меню на 15 марта 2022г.

День: вторник

Неделя: 3

Возрастная категория: 7-11 лет



Прием напиток	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецеп- туры	стоимо- сть
			Б	Ж	У			
завтрак	Картофельное пюре	150/4	3	5	22	140	107	
	Азу из говядины	35/30	10	17	3	209	44,05	
	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			7	26		
Итого за завтрак(полдник) и обед			509	18,77	23,43	98,94	616,1	59,76

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

Мария Григорьевна Рязанова

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резянов А.П.

Рацион: дети из ММС 5-11 классы

Меню на 15 марта 2022 г.

День: вторник

Возрастная категория: 11 лет и старше

Неделя: 3

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептурь	стоимость
			Б	Ж	У			
<b>завтрак</b>								
	Картофельное пюре	180/5	4	5	26	168	107,02	
	Азу из говядины	35/30	10	17	3	209	44,05	
	Напиток из свежих мороженых ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
	Печенье "Детское"	30	0,77	1,43	5,94	35,1	118	
	Повидло	15			10	38	504	
<b>Итого за завтрак(полдник) и обед</b>		<b>555</b>	<b>19,77</b>	<b>23,43</b>	<b>105,94</b>	<b>657,1</b>		<b>67,21</b>

СОГЛАСОВАНО  
Директор МБОУ СОШ

Воздвиженка

ТВЕРЖДАЮ  
Директор Резяпов А.Я.

Меню на 16 марта 2022 г.

Рацион: дети из ММС, 1-4 классы

День: среда

Неделя: 3

Возрастная категория:

1-4 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			№ рецептуры	стоимость
			Б	Ж	У		
завтрак полдник	Салат "Школьный"	60	1	5	4	65	25
	Плов из куриного филе	180	13	23	36	383	64,07
	Компот из смеси сухофруктов	200			14,97	59,85	97,02
	Сыр голландский	10	2	3		38	493
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03
Итого за завтрак (полдник)			500	20	31	94,97	663,85
							59,76

СОГЛАСОВАНО  
Директор МБОУ СОШ

Воздвиженка

УТВЕРЖДАЮ  
Директор Резяпов А.Я.

Меню на 16 марта 2022

Рацион: дети из ММС 5-11 классы

День: среда

Неделя: 3

Возрастная категория:

12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			№ предпринимательской деятельности	стоимость
			Б	Ж	У		
завтрак полдник	Салат "Школьный"	80	1	7	5	86	25,01
	Плов из куриного филе	220	16,5	28,6	44	465,3	64,02
	Компот из смеси сухофруктов	200			14,97	59,85	97,02
	Сыр голландский	15	4	5		56	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03
Итого за завтрак (полдник)			565	25,5	40,6	103,97	785,15
							67,21

СОГЛАСОВАНО  
Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ  
Директор Резяпов А.Я.  
Меню на 17 марта 2022 г..  
День: четверг  
Неделя: 3  
Возрастная категория:  
11 лет

Рацион: дети из ММС, 1-4 классы

Прием пищи

Наименование блюда

Выход блюда

Пищевые вещества (г)

Ккал

№ рецептуры

стоимость

Б Ж У

завтрак

полдник

обед

ужин

ночь

всего

недели

месяца

года

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ № 17

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 17 марта 2022 г..

Рацион: 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)			Ккал	№ рецептурь	стоимость
			Б	Ж	У			
<b>завтрак</b>								
полдник	Жаркое по домашнему из говядины	200	14,67	15,66	26,8	307,31	517	
	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	
<b>Итого за завтрак (полдник)</b>		<b>555</b>	<b>21,67</b>	<b>18,66</b>	<b>81,8</b>	<b>523,31</b>		<b>67,21</b>

СОГЛАСОВАНО

**Директор МБОУ СОШ**

УТВЕРЖДАЮ

卷之三

Рациональные дети из ММС, 1-4 классы

Рационы для детей из ММС, 1-4 классы

Digitized by srujanika@gmail.com

Меню на 18 марта 2022

День: пятница

Hagossian 3

## Возрастная категория

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептуры	Витамины
			Б	Ж	У			
занял рак поздник	Каша рисовая молочная жидкая	150/4	4	6	22	161	71	
	Чай с сахаром	200			9	25	92,03	
	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	
<b>Итого за занял рак (поздник)</b>		<b>544</b>	<b>8,77</b>	<b>7,43</b>	<b>88,94</b>	<b>395,1</b>		<b>59,76</b>

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

*Борзые 25.02.2022*

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 18 марта 2022 г..

День: пятница

3

Возрастная категория:

12 лет и старше

Рацион детей из ММС 5-11 классы

Неделя: 3

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептурь	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак полдник	Каша рисовая молочная жидкая	180/4,5	5	8	26	194	72,01	
	Чай с сахаром	200			9	25	92,03	
	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 (поздник)			574,5	9,77	9,43	92,94	428,1	67,21

СОГЛАСОВАНО  
Директор МБОУ СОШ

Рацион: дети из ММС, 1-4 классы

Меню на 21 марта 2022 г.

День: понедельник

Неделя: 4



7-

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептуры	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак полдник	Каша гречневая рассыпчатая	150/4	8	5	35	224	65	
	Котлеты из мяса птицы	60	9	10	5	126	486,01	
	Соус томатный	30	1	2	2	22	91,01	
	Чай с сахаром	200			9	25	92,03	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
	Повидло	10	.		7	25		
Итого за завтрак (полдник)		511	22	17	98	540		59,76

СОГЛАСОВАНО  
Директор МБОУ СОШ

Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я

Меню на 21 марта 2022 г.

Ранюк: дети из ММС 5-11 классы

День: понедельник

Неделя: 4

Возрастная категория

12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептурь	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Каша гречневая рассыпчатая	180/5	11	6	49	297	65,02	
	Котлеты из мяса птицы	60	9	10	5	126	486,01	
	Соус томатный	30	1	2	2	22	91,01	
	Чай с сахаром	200			9	25	92,03	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
	Повидло	15			10	38	504	
Итого за завтрак (полдник)		550	25	18	115	626		67,21

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

Рацион: дети из ММС, 1-4 классы

Меню на 22 марта 2022 г.

День: вторник

Неделя: 4

УТВЕРЖДАЮ  
Директор Рязапов А. Я.

Возрастная категория  
11 лет

Присыпка пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептуры	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак полдник	Салат "Здоровье"	60	1	3	5	52	34,01	
	Макаронные изделия отварные	150/4	6	4	37	204	77,01	
	Мясо тушеное с овощами	50	6	7	2	94	29,05	
	Напиток из свежих мороженых ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	Сыр голландский	10	2	3		38	493	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
Итого за завтрак (полдник)		534	20	17	105	595		59,76

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

*Возубаев*

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

*Мухаресов*

Меню на 22 марта 2022 г

Рацион: дети из МБОУ СОШ 5-11 классы

День: вторник

Неделя:

4

Возрастная категория:

12 лет и старше

Номенклатура пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецепт уры	стоимо сть
			Б	Ж	У			
<b>завтрак</b>								
полдник	Салат "Здоровье"	60	1	3	5	52	34,01	
	Макаронные изделия отварные	180/5	7	4	44	246	77,02	
	Мясо тушеное с овощами	50	6	7	2	94	29,05	
	Напиток из свежих мороженых ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	Сыр голландский	15	4	5		56		
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
<b>Итого за завтрак (полдник)</b>			<b>570</b>	<b>23</b>	<b>19</b>	<b>112</b>	<b>655</b>	<b>67,21</b>

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

*Воззыхеева  
Мурзакашов*

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 23 марта 2022

Рацион: дети из ММС, 1-4 классы

День: среда

Неделя: 4

Возрастной: Голова Гузель Риновна

11 лет

7-

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептуры	стоимость
			Б	Ж	У			
<b>завтрак</b>								
полдник	Огурцы свежие порционные	40	0	0	0	4	469	
	Картофельное пюре	150/4	3	5	22	140	107,01	
	Гуляш из говядины	20/50	0,62	4,06	3,53	53,34	47,13	
	Компот из смеси сухофруктов	200			14,97	59,85	97,02	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
	Масло сливочное	8		7		60	492	
<b>Итого за завтрак (полдник)</b>		<b>522</b>	<b>7,62</b>	<b>16,06</b>	<b>80,5</b>	<b>435,19</b>		<b>59,76</b>

СОГЛАСОВАНО  
Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.

Меню на 23 марта 2022 г.

Рацион: дети из ММС 5-11 классы

День: среда

Неделя: 4

Возрастная категория:  
12 лет и старше

Природа пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	# рецептуры	стоимость
			Б	Ж	У			
<b>завтрак</b>								
полдник	Огурцы свежие порционные	60				7	469	
	Картофельное пюре	180/5	3,9	5,19	26,4	168,34	107,02	
	Гуляш из говядины	20/50	0,62	4,06	3,53	53,34	47,13	
	Компот из смеси сухофруктов	200			14,97	59,85	97,02	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
	Масло сливочное	10		7		66	492	
<b>Итого за завтрак (полдник)</b>		<b>575</b>	<b>8,52</b>	<b>16,25</b>	<b>84,9</b>	<b>472,53</b>		<b>67,21</b>



Директор МБОУ СОШ  
Рацион: дети из ММС, 5-4 классы

*Воздвигенка*

Меню на 24 марта 2022 г.

День: четверг

Неделя: 4



РЕСПУБЛИКАНСКИЙ  
ШАХСИ ЭШХЫУАР

ИНН 0202025807

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.  
Гузель Римовна

ПОДПИСЬ  
БАШКОРТОСТАН  
ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬСТВО

АЛЬШЕЕВСКИЙ РАЙОН

11 лет

Возрастная категория:



СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ  
*Воздвигенка*

Директор Резяпов А.Я.  
Гузель Римовна

ПОДПИСЬ

БАШКОРТОСТАН  
ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬСТВО

АЛЬШЕЕВСКИЙ РАЙОН

День: четверг

Неделя: 4

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

*Воздвигенка*

Меню на 24 марта 2022 г.

День: четверг

Неделя: 4

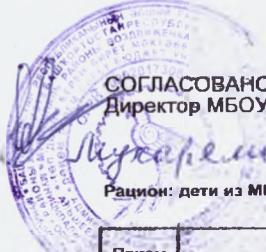
Возрастная категория:

12 лет и старше



Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептуры	стоимость
			Б	Ж	У			
<b>завтрак</b>								
попдник	Плов из куриного филе	150	14	18	24	320	64	
	Чай витаминный	200/5			11	39	102,04	
	Кисломолочный продукт	100	3	3	4	59	106,07	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
	<b>Итого за завтрак (попдник)</b>	<b>505</b>	<b>21</b>	<b>21</b>	<b>79</b>	<b>536</b>		<b>59,76</b>

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептуры	стоимость
			Б	Ж	У			
<b>завтрак</b>								
	Плов из куриного филе	200	18,67	24	32	426,67	65	
	Чай витаминный	200/5			11	39	102	
	Кисломолочный продукт	100	3	3	4	59	106,07	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
	<b>Итого за завтрак (попдник)</b>	<b>555</b>	<b>25,67</b>	<b>27</b>	<b>87</b>	<b>642,67</b>		<b>67,21</b>



СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ № 25

*Воздвиженка*

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А. Я.

Меню на 25 марта 2022 г.

Рацион: дети из ММС, 1-4 классы

День: пятница

Неделя: 4

Возрастная категория:  
11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептуры	стоимость
			Б	Ж	У			
<b>завтрак</b>								
попдник	Каша молочная "Дружба"	150/4	5	6	25	177	74	
	Чай с сахаром	200			10	40	92,04	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
	Повидло	10			7	25		
	Сок фруктовый	200			12	56	101,03	
<b>Итого за завтрак (попдник)</b>		614	9	6	94	416		59,76

Согласовано  
Директор МБОУ СОШ № 25

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А. Я.

Меню на 25 марта 2022 г.

Рацион: дети из ММС 5-11 классы

День: пятница

Неделя: 4

Возрастная категория:  
12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептуры	стоимость
			Б	Ж	У			
<b>завтрак</b>								
попдник	Каша молочная "Дружба"	180/5	6	7	30	210	74,02	
	Чай с сахаром	200			10	40	92,04	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
	Повидло	15			10	38		
	Сок фруктовый	200			12	56	101,03	
<b>Итого за завтрак (попдник)</b>		650	10	7	102	462		67,21