

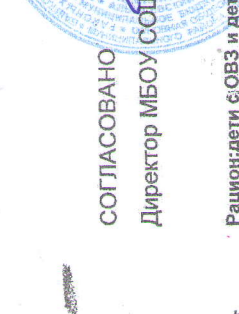
СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ




СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ




УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.Я.

Меню на 1 февраля 2022 г.

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

День: вторник

Неделя: 1

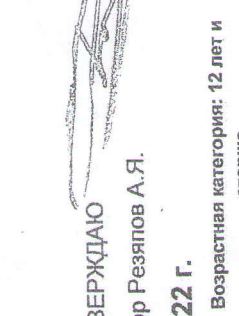
Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептуры	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Каша гречневая рассыпчатая	150/4	8	5	35	224	65	
	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		25		
Итого за завтрак(полдник) и обед		509	23,77	23,43	111,94	700,1		59,76
обед	Суп картофельный с крупой пшенной	250	5	9	20	120	31,08	
	Каша рисовая рассыпчатая	150/4	4	4	39	210	67,01	
	Гуляш из куриного филе	20/50	6	10	4	114	47,08	
	Чай витаминный	200/5			11	39	102,04	
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,45	39,85	117,5	128,03	
	Итого за обед	729	18,8	23,45	113,65	600,5		61,90
Итого за завтрак(полдник) и обед		1238	42,57	46,88	225,79	1300,6		121,66

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ




УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.Я.

Меню на 1 февраля 2022 г.

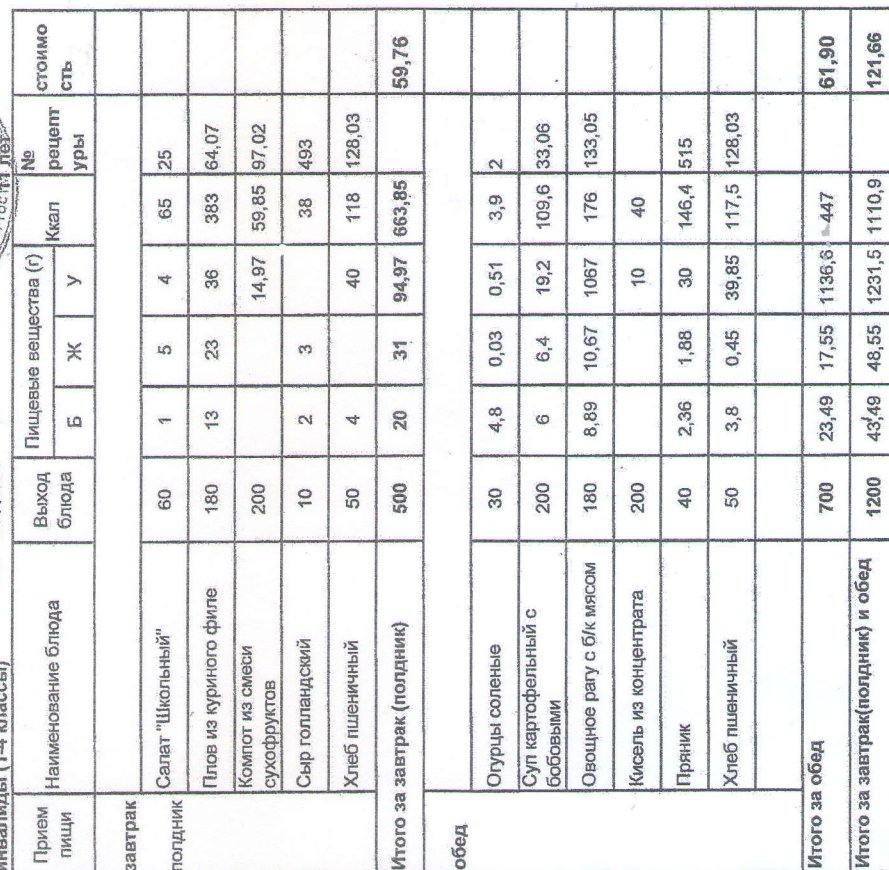
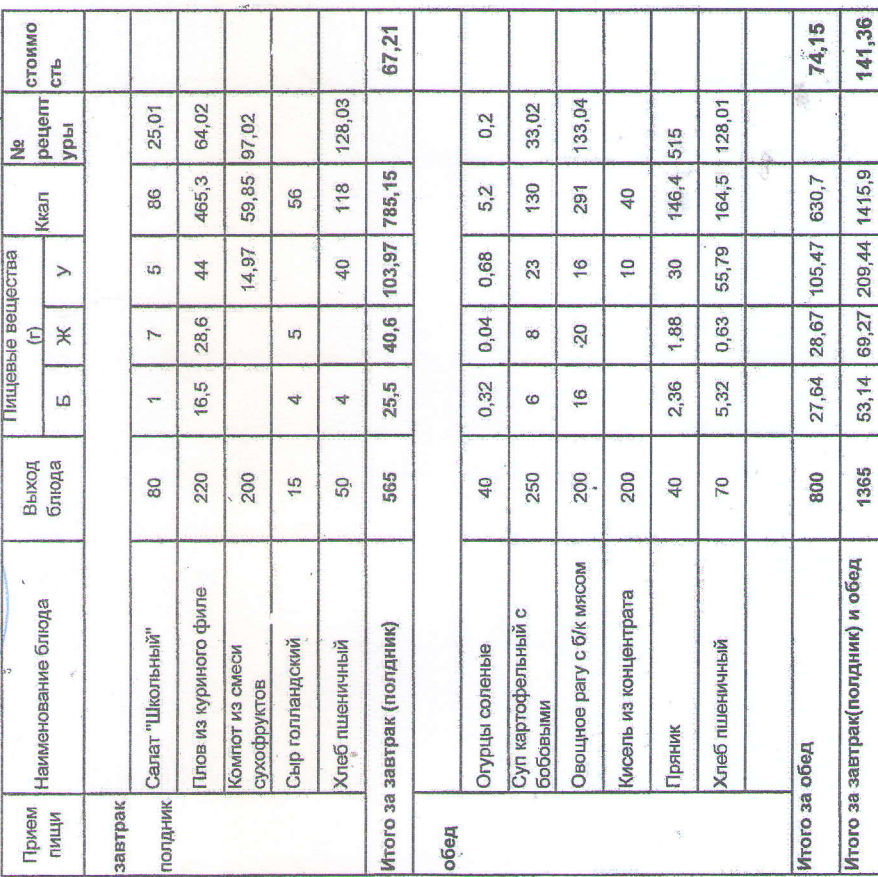
Рацион: дети с ОВЗ и дети-инвалиды (5-11 классы)

День: вторник

Неделя: 1

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептуры	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Каша гречневая рассыпчатая	180/5	11	6	49	297	65,02	
	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	
Итого за завтрак(полдник) и обед		555	26,77	24,43	128,94	786,1		67,21
обед	Суп картофельный с крупой пшенной	250	5	9	20	120	31,08	
	Каша рисовая рассыпчатая	180/5	5	5	40	226	67,02	
	Гуляш из куриного филе	40/50	12	16	4	174	47,02	
	Чай витаминный	200/5			11	39	102,04	
	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,63	55,79	164,5	128,01	
	Итого за обед	800	27,32	30,63	130,79	725,5		74,15
Итого за завтрак(полдник) и обед		1355	54,09	55,06	259,73	1511,6		141,36





СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ

Меню на 3 февраля 2022 г.

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

День: четверг

Неделя: 1

Возрастная категория: 11 лет

7-

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептур	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)								59,76
обед	Борщ с капустой и картофелем	200/8	4	8	11	81	27,01	
	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	
	Напиток из свежих мороженых ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,45	39,85	117,5	128,03	
Итого за обед								61,90
Итого за завтрак(полдник) и обед								121,66



СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ

Меню на 3 февраля 2022 г.

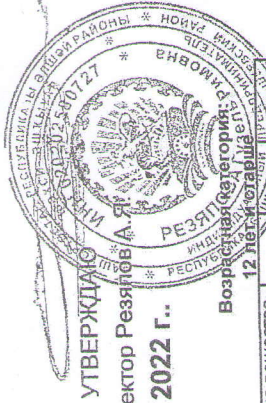
Рацион: дети с ОВЗ и дети-инвалиды (5-11 классы)

День: четверг

Неделя: 1

Возрастная категория: 12 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептур	стоимость
			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)								67,21
обед	Борщ с капустой и картофелем	250/10	5	10	14	104	27,02	
	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	
	Напиток из свежих мороженых ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,63	55,79	164,5	128,01	
Итого за обед								74,15
Итого за завтрак(полдник) и обед								141,36



УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.А.

Меню на 3 февраля 2022 г.

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

День: четверг

Неделя: 1

Возрастная категория: 12 лет



СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ № 1

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ СОШ № 1

Меню на 4 февраля 2022 г.

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

День: пятница

Неделя: 1

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)				Ккал	№ рецептур	стоимость
			Б	Ж	У				
завтрак	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		
Итого за завтрак (полдник)		544	8,77	7,43	88,94	395,1			59,76
обед	Салат из свеклы с растительным маслом	60	0,83	5,05	4,84	68,05	19,02		
	Рассольник "Ленинградский"	200/8	4	7	14	99	26,01		
	Каша гречневая рассыпчатая	150/4	8	5	35	224	65		
	Мясо тушеное с овощами	50	6	7	2	94	29,05		
	Чай с сахаром	200			9	25	92,03		
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,45	39,85	117,5	128,03		
Итого за обед		722	22,63	24,5	104,69	627,55			61,90
Итого за завтрак(полдник) и обед		1266	31,4	31,93	193,63	1022,7			121,66



СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ № 1

УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.Д.

Меню на 4 февраля 2022 г.

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

День: пятница

Неделя: 1

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)				Ккал	№ рецептур	стоимость
			Б	Ж	У				
завтрак	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 (полдник)		574,5	9,77	9,43	92,94	428,1			67,21
обед	Салат из свеклы с растительным маслом	80	1,11	6,73	6,45	90,73	19,03		
	Рассольник "Ленинградский"	250/10	5	10	18	124	26,02		
	Каша гречневая рассыпчатая	150/4	8	5	35	224	65		
	Мясо тушеное с овощами	50	6	7	2	94	29,05		
	Чай с сахаром	200			9	25	92,03		
	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,63	55,79	164,5	128,01		
Итого за обед		814	25,43	29,36	126,24	722,23			74,15
Итого за завтрак(полдник) и обед		1388,5	35,2	38,79	219,18	1150,3			141,36



СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ № 1
УТВЕРЖДАЮ
Директор Рязанов А.А.
Меню на 7 февраля 2022 г.
Рацион: дети с ОВЗ и дети-инвалиды (1-4 классы)
Неделя: 2
День: понедельник
Возрастная категория: 11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептур	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 лимоном и сахаром	200/7			10	42	94,02	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
	Повидло	10			7	25		
Итого за завтрак (полдник)			511	22	17	99	557	59,76
обед	Свекла отварная	40	1		4	17	14	
	Щи из свежей капусты с картофелем	200/8	4	8	8	73	10,01	
	Плов из курицы	200	14	25	40	443	64,03	
	Чай витаминный	200/10/5			11	39	102,94	
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,45	39,85	117,5	128,03	
Итого за обед			703	22,8	33,45	102,85	689,5	61,90
Итого за завтрак(полдник) и обед			1214	44,8	50,45	201,85	1246,5	121,66



СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ № 1
УТВЕРЖДАЮ
Директор Рязанов А.А.
Меню на 7 февраля 2022 г.
Рацион: дети с ОВЗ и дети-инвалиды (5-11 классы)
Неделя: 2
День: понедельник
Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептур	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 лимоном и сахаром	200/7			10	42	94,02	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
	Повидло	15			10	38	504	
Итого за завтрак (полдник)			547	25	18	116	643	67,21
обед	Свекла отварная	60	1		7	32	15	
	Щи из свежей капусты с картофелем	250/10	5	11	10	88	10,03	
	Плов из курицы	200	14	25	40	443	64,03	
	Чай витаминный	200/10/5			11	39	102,94	
	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,63	55,79	164,5	128,01	
Итого за обед			805	25,32	36,63	123,79	766,5	74,15
Итого за завтрак(полдник) и обед			1352	50,32	54,63	239,79	1409,5	141,36



СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ № 1



УТВЕРЖДАЮ
Директор Рязанов А.А.

Меню на 8 февраля 2022 г

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

День: вторник

Неделя: 2

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)				Ккал	№ рецептур	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
обед	Огурцы соленые	30	4,8	0,03	0,51	3,9	2		
	Суп картофельный с крупой пшеничной	200	4	7,2	16	96	31,08		
	Жаркое по-домашнему из говядины	180	13	14	24	277	480,01		
	Чай с сахаром	200			9	25	92,03		
	Пряник	40	2,36	1,88	30	146,4	515		
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,45	39,85	117,5	128,03		
	Итого за обед	700	27,96	23,56	119,36	665,8			61,90
Итого за завтрак(полдник) и обед		1234	47,96	40,56	224,36	1260,8			121,66



СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ № 1



УТВЕРЖДАЮ
Директор Рязанов А.А.

Меню на 8 февраля 2022 г

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

День: вторник

Неделя: 2

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)				Ккал	№ рецептур	стоимость
			Б	Ж	У				
завтрак 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		
Итого за завтрак (полдник)		570	23	19	112	655			67,21
обед	Огурцы соленые	40	0,32	0,04	0,68	5,2	0,2		
	Суп картофельный с крупой пшеничной	250	5	9	20	120	31,07		
	Жаркое по-домашнему из говядины	200	14,67	15,66	26,8	307,31	517		
	Чай с сахаром	200			9	25	92,03		
	Пряник	40	2,36	1,88	30	146,4	515		
	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,63	55,79	164,5	128,01		
	Итого за обед	800	27,67	27,21	142,27	768,41			74,15
Итого за завтрак(полдник) и обед		1370	50,67	46,21	254,27	1423,4			141,36



СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ
УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.В.
Меню на 9 февраля 2022 г.

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

День: среда
Неделя: 2

Возрастная категория: 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептур	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак полдник	Салат из свежих с растительным маслом	60	0,83	5,05	4,84	68,05	19,02	
	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	
Итого за завтрак (полдник)								
			8,45	21,11	85,34	499,24		59,76
обед	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	4,38	6,77	17,22	97,3	29,01	
	Каша пшеничная рассыпчатая	150/3	7	4	40	213	297	
	Котлеты из мяса птицы	60	9	10	5	126	486,01	
	Соус томатный	30	1	2	2	22	91,01	
	Напиток из свежих мороженых ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,45	39,85	117,5	128,03	
Итого за обед								
			26,18	23,22	125,07	664,8		61,90
Итого за завтрак(полдник) и обед								
			1245	34,63	44,33	210,41	1164	121,66

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

День: среда
Неделя: 2

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептур	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак полдник	Салат из свежих с растительным маслом	60	0,83	5,05	4,84	68,05	19,02	
	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	
Итого за завтрак (полдник)								
			9,35	21,3	89,74	533,58		67,21
обед	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	5,47	8,37	21,53	120,73	29,02	
	Каша пшеничная рассыпчатая	180/4		3		30	140,02	
	Котлеты из мяса птицы	60	9	10	5	126	486,01	
	Соус томатный	30	1	2	2	22	91,01	
	Напиток из свежих мороженых ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,63	55,79	164,5	128,01	
Итого за обед								
			21,79	24	105,32	552,23		74,15
Итого за завтрак(полдник) и обед								
			1379	31,14	195,06	1085,8		141,36

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ _____

УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.Я.

Меню на 10 февраля 2022 г.

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

День: четверг

Неделя: 2

Возрастная категория: 11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)				Ккал	№ рецепт уры	стоимо сть
			Б	Ж	У				
завтрак 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		
Итого за завтрак (полдник)	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03		
		505	21	21	79	536			59,76
обед									
	Борщ с капустой и картофелем	250/10	5	10	14	104	27,02		
	Каша гречневая рассыпчатая	150/4	8	5	35	224	65		
	Азу из говядины	35/30	10	17	3	209	44,05		
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	94,02		
Итого за обед	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,45	39,85	117,5	128,03		
		736	26,8	32,45	101,85	696,5			61,90
Итого за завтрак(полдник) и обед		1241	47,8	53,45	180,85	1232,5			121,66

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ _____

УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.Я.

Меню на 10 февраля 2022 г.

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

День: четверг

Неделя: 2

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества				Ккал	№ рецептур	стоимость
			(г)			у			
			Б	Ж					
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
обед									
	Борщ с капустой и картофелем	250/10	5	10	14	104	27,02		
	Каша гречневая рассыпчатая	180/5	11	6	49	297	65,02		
	Азу из говядины	35/50	10	-17	3	209	44,05		
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	94,02		
	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,63	55,79	164,5	128,01		
Итого за обед			807	31,32	33,63	131,79	816,5		74,15
Итого за завтрак(полдник) и обед			1362	56,99	60,63	218,79	1459,2		141,36



СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

Меню на 11 февраля 2022 г.

C

рацион: дети с ОВЗ и дети с инвалидностью (1-4 классы)

(1-4 классы)

(1-4 классы)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)				Ккал	№ рецепт уры	стоимо сть
			Б	Ж	У				
завтрак полдник	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			
	Фрукты	120			12	56	101,03		
Итого за завтрак (полдник)		534	9	6	94	416		59,76	
обед	Салат "Школьный"	60	1	5	4	65	25		
	Суп картофельный с бобовыми	200	5	7	18	104	33,04		
	Макаронные изделия отварные	150/4	6	4	37	204	77,01		
	Мясо тушеное с овощами	50	6	7	2	94	29,05		
	Чай с сахаром	200			10	40	92,04		
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,45	39,85	117,5	128,03		
Итого за обед		714	21,8	23,45	110,85	624,5		61,90	
Итого за завтрак(полдник) и обед		1248	30,8	29,45	204,85	1040,5		121,66	