СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ ___

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 2 сентября 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	№ рецептуры	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак								
полдник	Каша пшенная молочная	150/4	6	7	27	191	73	
	Чай с сахаром	200			10	40	92,02	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
	Фрукты	140	1	1	14	66	496	
Итого за завтрак (полдник)		**544**	11	8	91	415		**59,76**
обед								
	Борщ с капустой и картофелем	200/8	4	8	11	81	27,05	
	Каша перловая рассыпчатая	180/5	6	4	40	222	66,02	
	Гуляш из куриного филе	20/50	6,41	9,91	3,53	113,8	47,08	
	Чай витаминный	200/5			11	39	102	
	Хлеб пшеничный	50	4	0	40	118	128	
Итого за обед		**718**	20,41	21,91	105,5	573,8		**61,90**
Итого за день		**1262**	**31,41**	**29,91**	**196,5**	**988,8**		**121,7**

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ ___

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 2 сентября 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	№ рецептуры	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак								
полдник	Каша пшенная молочная	180/4,5	7	8	33	230	73,02	
	Чай с сахаром	200			10	40	92,02	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
	Фрукты	140	1	1	14	66	496	
Итого за завтрак (полдник)		**574,5**	12	9	97	454	789,1	**67,21**
обед								
	Борщ с капустой и картофелем	250/10	5	10	14	104	27,08	
	Каша перловая рассыпчатая	180/5	5,6	4,29	40,21	222,1	66,02	
	Гуляш из куриного филе	40/50	12	16	4	174	47,25	
	Чай витаминный	200/5			11	39	102	
	Хлеб пшеничный	70	5	1	46	165	128	
Итого за обед		**810**	27,6	31,29	115,2	704,1		**74,15**
Итого за день		**1384,5**	39,6	40,29	212,2	1158		**141,36**

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ___

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 5 сентября 2022 г

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

Неделя: 2 **Возрастная категория:** 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептуры	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак								
полдник	Каша рисовая рассыпчатая	150/4	4	4	39	210	67,01	
	Котлеты из мяса птицы	60	6	10	6	113	486,01	
	Соус томатный	30		1	2	22	91,04	
	Чай с лимоном и сахаром	200/7	0,063	0,01	10,19	42,28	94,02	
	Повидло	10	0,04		6,5	25	504	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
Итого за завтрак (полдник)		**511**	14,1	15,01	103,7	530,3		**59,76**
обед								
	Щи из свежей капусты с картофелем	250/10	4	8	8	73	10,01	
	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			10	40	92,02	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
Итого за обед		**714**	**22**	**20**	**95**	**549**		**61,90**
Итого за завтрак(полдник) и обед		**1225**	36,1	35,01	198,7	1079		**121,66**

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ___

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 5 сентября 2022 г

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

Неделя: 2 **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 рассыпчатая	180/5	5	5	40	228	67,02	
	Котлеты из мяса птицы	60	6	10	6	113	486,01	
	Соус томатный	30		1	2	22	91,04	
	Чай с лимоном и сахаром	200/7	0,063	0,01	10,19	42,28	94,02	
	Повидло	15			10	38	504	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
Итого за завтрак (полдник)		**547**	15,06	16,01	108,2	561,3		**67,21**
обед								
	Щи из свежей капусты с картофелем	250/10	5	11	10	88	10,03	
	Каша гречневая рассыпчатая	180/5	10	7	45	288	65,02	
	Мясо тушеное с овощами	85	10	11	4	153	486,1	
	Чай с сахаром	200			10	40	92,02	
	Хлеб пшеничный	70	5	1	46	165	128	
Итого за обед		**800**	**30**	**30**	**115**	**734**		**74,15**
Итого за завтрак(полдник) и обед		**1347**	45,06	46,01	223,2	1295		**141,36**

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.Я.

Меню на 6 сентября 2022 г.

Рацион:дети с ОВЗ и дети-инвалиды (1-4 классы) **День:** зторник **Неделя:** 2 **Возрастная категория:** 7-11 лет

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	
	Куры отварные(бедро)	70	17,5	14,7	0,36	203	521	
	Соус томатный	30		1	2	22	91,04	
	Чай витаминный	200/5			11	39	102	
	Масло сливочное	8		6,6		60		
	Хлеб пшеничный	50	4	0	40	118	128	
Итого за завтрак (полдник)		**517**	27,5	26,3	90,36	646		**59,76**
обед								
	Салат из свеклы с солеными огурцами	60	1	6	4	73	23,02	
	Суп картофельный с бобовыми	250	6	8	23	130	33,07	
	Жаркое по- домашнему из куриного филе	150	11	13	21	253	51,02	
	Компот из смеси сухофруктов	200			14,97	59,85	97,02	
	Хлеб пшеничный	50	4	0	40	118	128	
Итого за обед		**710**	22	27	103	633,9		**61,90**
Итого за завтрак(полдник) и обед		**1227**	49,5	53,3	193,3	1280		**121,66**

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.Я.

Меню на 6 сентября 2022 г.

Рацион:дети с ОВЗ и дети-инвалиды (5-11 классы) **День:** зторник **Неделя:** 2 **Возрастная категория:** 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептуры	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак полдник								
	Макаронные изделия отварные	180/5	7	4	44	246	77,02	
	Куры отварные(бедро)	70	17,5	14,7	0,36	203	521	
	Соус томатный	30		1	2	22	91,04	
	Чай витаминный	200/5			11	39	102	
	Масло сливочное	10		7		66		
	Хлеб пшеничный	50	4	0	40	118	128	
Итого за завтрак (полдник)		**550**	28,5	26,7	97,36	694		**67,21**
обед								
	Салат из свеклы с солеными огурцами	60	1	6	4	73	23,02	
	Суп картофельный с бобовыми	250	5,69	8,42	22,77	130,2	33,07	
	Жаркое по- домашнему из куриного филе	200	14	17	27	290	51,12	
	Компот из смеси сухофруктов	200			14,97	59,85	97,02	
	Хлеб пшеничный	70	5	1	46	165	128	
Итого за обед		**780**	25,69	32,42	114,7	718,1		**74,15**
Итого за завтрак(полдник) и обед		**1330**	54,19	59,12	212,1	1412		**141,36**

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ с. Нигматулино

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 7 сентября 2022 г

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

Неделя: 2 **Возрастная категория: 7-11 лет**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептуры	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак полдник								
	Помидоры порционные	40				0,06		
	Каша гречневая рассыпчатая	150/4	8	5	35	224	65	
	Гуляш из говядины	20/50	7	9	4	115	47,16	
	Компот из смеси сухофруктов	200			14,97	59,85	97,02	
	Хлеб пшеничный	50	4	0	40	118	128	
Итого за завтрак (полдник)		**514**	19	14	93,97	516,9		**59,76**
обед								
	Огурцы соленые	20			1	4	494	
	Суп картофельный с крупой пшенной	250	5	9	20	120	31,18	
	Плов из куриного филе	150	14	18	24	320	64,15	
	Чай с сахаром	200			10	40	92,02	
	Пряник	40	2	2	30	146	515	
	Хлеб пшеничный	50	4	0	40	118	128	
Итого за обед		**710**	25	29	125	748		**61,90**
Итого за день		**1224**	**44**	**43**	**219**	**1265**		**121,7**

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 7 сентября 2022 г

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

Неделя: 4 **Возрастная категория: 12 лет и старше**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептуры	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак полдник								
	Помидоры порционные	50				0,068		
	Каша гречневая рассыпчатая	180/5	10	7	45	288	65,02	
	Гуляш из говядины	20/50	7	9	2	115	47,16	
	Компот из смеси сухофруктов	200			14,97	59,85	97,02	
	Хлеб пшеничный	50	4	0	40	118	128	
Итого за завтрак (полдник)		**555**	21	16	102	580,9	337,2	**67,21**
обед								
	Огурцы соленые	40			2	8	494	
	Суп картофельный с крупой пшенной	250	5	9	20	120	31,18	
	Плов из куриного филе	200	14	25	40	450	64,17	
	Чай с сахаром	200			10	40	92,02	
	Пряник	40	2	2	30	146	515	
	Хлеб пшеничный	70	5	1	46	165	128	
Итого за обед		**800**	**26**	**37**	**148**	**929**		**74,15**
Итого за день		**1355**	47	53	250	1510		**141,36**

СОГАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.Я.

Меню на 8 сентября 2022 г.

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

Неделя: 2 **Возрастная категория:** 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептуры	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак полдник								
	Салат из белокочанной капусты	60	1	3	7	663	5,01	
	Картофельное пюре	150/4	3	5	22	140	107	
	Рыба (филе) тушен. С овощами	30/40	12	4	2	89	434	
	Напиток из свежих мороженных ягод	200/10	1		21	89	102	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
Итого за завтрак (полдник)		**544**	21	12	92	1099		**59,76**
обед								
	Рассольник "Ленинградский"	200/8	2,25	6,96	3,6	48,62	26,09	
	Макаронные изделия отварные	150/4	6	4	37	204	77,01	
	Куры отварные	50	14	14		182	2	
	Соус томатный	30		1	2	22	91,04	
	Чай с лимоном и сахаром	200/7	0,063	0,01	10,19	42,28	94,02	
	Хлеб пшеничный	50	4	0	40	118	128	
Итого за обед		**699**	26,31	25,97	102,8	656,9		**61,90**
Итого за завтрак(полдник) и обед		**1243**	47,31	37,97	194,8	1756		**121,66**

СОГАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.Я.

Меню на 8 сентября 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 (г)			Ккал	№ рецептуры	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак полдник								
	Салат из белокочанной капусты	60	1	3	7	663	5,01	
	Картофельное пюре	180/5	4	5	26	168	107	
	Рыба (филе) тушен. С овощами	30/40	12	4	2	89	434	
	Напиток из свежих мороженных ягод	200/10	1		21	89	102	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
Итого за завтрак (полдник)		**575**	22	12	96	1127		**67,21**
обед								
	Рассольник "Ленинградский"	250/10	4	7	14	99	26,08	
	Макаронные изделия отварные	180/5	7	4	44	246	77,02	
	Куры отварные	50	14	14		182		
	Соус томатный	30		1	2	22	91,04	
	Чай с лимоном и сахаром	200/7	0,063	0,01	10,19	42,28	94,02	
	Хлеб пшеничный	70	5	1	46	165	128	
Итого за обед		**802**	30,06	27,01	126,2	796,3		**74,15**
Итого за завтрак(полдник) и обед		**1374**	52,06	39,01	222,2	1923		**1**

СОГАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ _____

УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.Я.

Меню на 9 сентября 2022 г.

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

Неделя: 2 **Возрастная категория: 7-11 лет**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептуры	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак полдник								
	Каша молочная "Дружба"	150/4	5	6	25	177	74	
	Чай с сахаром	200			9	25	92,03	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
	Фрукты	140	1	1	14	66	101	
Итого за завтрак (полдник)		**544**	10	7	88	386		**59,76**
обед								
	Борщ с капустой и картофелем	200/8	4	8	11	81	27,05	
	Каша перловая рассыпчатая	150/4	50	3	34	184	66,01	
	Куры отварные(бедро)	70	17,5	14,7	0,36	203	521	
	Соус томатный	30		1	2	22	91,04	
	Компот из смеси сухофруктов	200			15	60	97,02	
	Хлеб пшеничный	50	4	0	40	118	128	
Итого за обед		**712**	75,5	26,7	102,4	668		**61,90**
Итого за завтрак(полдник) и обед		**1256**	85,5	33,7	190,4	1054		**121,66**

СОГАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ _____

УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.Я.

Меню на 9 сентября 2022 г.

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

Неделя: 2 **Возрастная категория: 12 лет и старше**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептуры	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак полдник								
	Каша молочная "Дружба"	180/5	6	7	30	210	74,02	
	Чай с сахаром	200			9	25	92,03	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
	Фрукты	140	1	1	14	66	101	
Итого за завтрак (полдник)		**575**	11	8	93	419		**67,21**
обед								
	Борщ с капустой и картофелем	250/10	5	10	14	104	27,08	
	Каша перловая рассыпчатая	180/5	5,62	4,29	40,21	222,1	66,02	
	Куры отварные(бедро)	70	17,5	14,7	0,36	203	521	
	Соус томатный	30		1	2	22	91,04	
	Компот из смеси сухофруктов	200			15	60	97,02	
	Хлеб пшеничный	70	5	1	46	165	128	
Итого за обед		**815**	33,12	30,99	117,6	776,1		**74,15**
Итого за завтрак(полдник) и обед		**1390**	44,12	38,99	210,6	1195		**141,36**

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ_____

УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.Я._____

Меню на 12 сентября 2022 г.

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

Неделя: 3 **Возрастная категория:** 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептуры	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак								
полдник	Макаронные изделия с тертым сыром	150/8	8	6	37	236	77,06	
	Чай с лимоном и сахаром	200/7	0,063	0,01	10,19	42,28	94,02	
	Сок фруктовый	100	1		13	46	496	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
Итого за завтрак (полдник)		**515**	13,06	6,01	100,2	442,3		**59,76**
обед								
	Рассольник "Ленинградский"	200/8	2,25	6,96	3,6	48,62	26,09	
	Каша рисовая рассыпчатая	150/4	4	4	39	210	67,01	
	Рыба (филе) тушен. С овощами	30/40	12	4	2	89	434	
	Чай с сахаром	200			10	40	92,02	
	Хлеб пшеничный	50	4	0	40	118	128	
Итого за обед		**682**	22,25	14,96	94,6	505,6		**61,90**
Итого за завтрак(полдник) и обед		**1197**	35,31	20,97	194,8	947,9		**121,66**

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ_____

УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.Я._____

Меню на 12 сентября 2022 г.

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

Неделя: 3 **Возрастная категория:** 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептуры	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак								
полдник	Макаронные изделия с тертым сыром	180/10	9	7	44	283	77,04	
	Чай с лимоном и сахаром	200/7	0,063	0,01	10,19	42,28	94,02	
	Сок фруктовый	100	1		13	46	496	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
Итого за завтрак (полдник)		**547**	14,06	7,01	107,2	489,3		**67,21**
обед								
	Рассольник "Ленинградский"	250/10	4	7	14	99	26,08	
	Каша рисовая рассыпчатая	180/5	5	5	40	228	67,02	
	Рыба (филе) тушен. С овощами	40/50	12	4	2	89	434,1	
	Чай с сахаром	200			10	40	92,02	
	Хлеб пшеничный	70	5	1	46	165	128	
Итого за обед		**805**	26	17	112	621		**74,15**
Итого за завтрак(полдник) и обед		**1352**	40,06	24,01	219,2	1110		**141,36**

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 13 сентября 2022 г.

Рацион:дети с ОВЗ и дети-инвалиды (1-4 классы) **День:** вторник **Неделя:** 3 **Возрастная категория: 7-11 лет**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептуры	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак полдник								
	Помидоры порционные	40				0,06		
	Каша гречневая рассыпчатая	150/4	8	5	35	224	65	
	Гуляш из говядины	20/50	7	9	4	115	47,16	
	Компот из смеси сухофруктов	200			14,97	59,85	97,02	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
Итого за завтрак (полдник)		**514**	19	14	94,0	516,9		**59,76**
обед								
	Суп картофельный с крупой пшенной	200	4	7,2	16	96	31,08	
	Картофельное пюре	150/4	3	5	22	140	107,01	
	Куры отварные(бедро)	70	19,29	19,5		252,3	521	
	Соус томатный	30		1	2	22	91,04	
	Чай с сахаром	200			10	40	92,02	
	Хлеб пшеничный	50	4	0	40	118	128	
Итого за обед		**704**	30,29	32,7	90	668,3		**61,90**
Итого за завтрак(полдник) и обед		**1218**	49,29	46,7	184	1185		**121,66**

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 13 сентября 2022 г..

Рацион:дети с ОВЗ и дети-инвалиды (5-11 классы) **День:** вторник **Неделя:** 3 **Возрастная категория: 12 лет и старше**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептуры	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак полдник								
	Помидоры порционные	50				0,068		
	Каша гречневая рассыпчатая	180/5	10	7	45	288	65,02	
	Гуляш из говядины	20/50	7	9	2	115	47,16	
	Компот из смеси сухофруктов	200			14,97	59,85	97,02	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
Итого за завтрак (полдник)		**555**	21	16	102	580,9		**67,21**
обед								
	Суп картофельный с крупой пшенной	250	5	9	20	120	31,18	
	Картофельное пюре	180/5	4	5	26	168	107	
	Куры отварные(бедро)	70	19,29	19,5		252,3	521	
	Соус томатный	30		1	2	22	91,04	
	Чай с сахаром	200			10	40	92,02	
	Хлеб пшеничный	70	5	1	46	165	128	
Итого за обед		**805**	28,29	26,5	84	647,3		**74,15**
Итого за завтрак(полдник) и обед		**1360**	49,29	42,5	186	1228		**141,36**

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.Я.

Меню на 14 сентября 2022 г.

Рацион:дети с ОВЗ и дети-инвалиды (1-4 классы) **День:** среда **Неделя:** 3 **Возрастная категория:** 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептуры	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак								
полдник	Салат из свеклы с солеными огурцами	60	1	6	4	73	23,02	
	Плов из куриного филе	150	14,2	18,4	23,7	320	643,2	
	Пряник	40	2	2	30	146	515	
	Напиток из свежих мороженных ягод	200/10	1		21	89	102	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
Итого за завтрак (полдник)		**510**	**22,2**	**26,4**	**118,7**	**746**		**59,76**
обед								
	Щи с капустой и картофелем	200/8	4	8	9	73	10,07	
	Макаронные изделия отварные	150/4	6	4	37	204	77,01	
	Куры отварные	50	14	14		182	449,1	
	Соус томатный	30		1	2	22	91,04	
	Компот из смеси сухофруктов	200			15,0	59,9	97,02	
	Хлеб пшеничный	50	4	0	40	118	128	
Итого за обед		**692**	28	27	103	658,9		**61,90**
Итого за завтрак(полдник) и обед		**1202**	50,2	53,4	221,7	1405		**121,66**

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.Я.

Меню на 14 сентября 2022 г.

Рацион:дети с ОВЗ и дети-инвалиды (5-11 классы) **День:** среда **Неделя:** 3 **Возрастная категория:** 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептуры	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак								
полдник	Салат из свеклы с солеными огурцами	60	1	6	4	73	23,02	
	Плов из куриного филе	200	14	25	40	420	64,17	
	Пряник	40	2	2	30	146	515	
	Напиток из свежих мороженных ягод	200/10	1		21	89	102	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
Итого за завтрак (полдник)		**560**	**22**	**33**	**135**	**846**		**67,21**
обед								
	Щи с капустой и картофелем	250/10	5	11	10	88	10,08	
	Макаронные изделия отварные	180/5	7	4	44	246	77,02	
	Куры отварные	50	14	14		182	449,1	
	Соус томатный	30		1	2	22	91,04	
	Компот из смеси сухофруктов	200			15,0	59,9	97,02	
	Хлеб пшеничный	70	5	1	46	165	128	
Итого за обед		**795**	31	31	117	762,9		**74,15**
Итого за завтрак(полдник) и обед		**1355**	**53**	**64**	**252**	**1609**		**141,36**

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 15 сентября 2022 г.

Рацион:дети с ОВЗ и дети-инвалиды (1-4 классы) День: четверг Возрастная категория: 7-11 лет

Неделя: 3

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептуры	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Салат из белокочанной капусты	60	1	3	7	63	5,01	
полдник	Картофельное пюре	150/4	3	5	22	140	107	
	Рыба (филе) тушен. с овощами	30/40	12	4	2	89	434	
	Чай витаминный	200/5			11	39	102	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
Итого за завтрак(полдник) и обед		**539**	20	12	82	449		**59,76**
обед								
	Суп картофельный с бобовыми	250	6	8	23	130	33,13	
	Каша гречневая рассыпчатая	150/4	8	5	35	224	65	
	Мясо тушеное с овощами	50	6	7	2	94	29,07	
	Чай с сахаром	200			10	40	92,02	
	Хлеб пшеничный	50	4	0	40	118	128	
Итого за обед		**704**	24	20	110	606		**61,90**
Итого за завтрак(полдник) и обед		**1243**	**44**	**32**	**192**	**1055**		**121,66**

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 15 сентября 2022 г.

Рацион:дети с ОВЗ и дети-инвалиды (5-11 классы) День: четверг Возрастная категория: 12 лет и старше

Неделя: 3

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептуры	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Салат из белокочанной капусты	60	1	3	7	63	5,01	
полдник	Картофельное пюре	180/5	4	5	26	168	107	
	Рыба (филе) тушен. с овощами	30/40	12	4	2	89	434	
	Чай витаминный	200/5			11	39	102	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
Итого за завтрак(полдник) и обед		**570**	20	9	79	414		**67,21**
обед								
	Суп картофельный с бобовыми	250	6	8	23	130	33,13	
	Каша гречневая рассыпчатая	180/5	10	7	45	288	65,02	
	Мясо тушеное с овощами	85	10	11	4	4153	488,1	
	Чай с сахаром	200			10	40	92,02	
	Хлеб пшеничный	70	5	1	46	165	128	
Итого за обед		**790**	31	27	128	4776		**74,15**
Итого за завтрак(полдник) и обед		**1360**	**51**	**36**	**207**	**5190**		**141,36**

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ___

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А. Я.

Меню на 16 сентября 2022 г

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

День: пятница

Неделя: 3

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептуры	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак полдник								
	Каша пшенная молочная	150/4	6	7	27	191	73	
	Чай с сахаром	200			10	40	92,02	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
	Фрукты	140	1	1	14	66	496	
Итого за завтрак (полдник)		**544**	11	8	91	415		**59,76**
обед								
	Борщ с капустой и картофелем	200/8	4	8	11	81	27,05	
	Каша перловая рассыпчатая	180/5	6	4	40	222	66,02	
	Гуляш из куриного филе	20/50	6,41	9,91	3,53	113,8	47,08	
	Чай витаминный	200/5			11	39	102	
	Хлеб пшеничный	50	4	0	40	118	128	
Итого за обед		**718**	20,41	21,91	105,5	573,8		**61,90**
Итого за день		**1262**	**31,41**	**29,91**	**196,5**	**988,8**		**121,7**

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ___

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 16 сентября 2022 г

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

День: пятница

Неделя: 3

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептуры	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак полдник								
	Каша пшенная молочная	180/4,5	7	8	33	230	73,02	
	Чай с сахаром	200			10	40	92,02	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
	Фрукты	140	1	1	14	66	496	
Итого за завтрак (полдник)		**574,5**	12	9	97	454	789,1	**67,21**
обед								
	Борщ с капустой и картофелем	250/10	5	10	14	104	27,08	
	Каша перловая рассыпчатая	180/5	5,6	4,29	40,21	222,1	66,02	
	Гуляш из куриного филе	40/50	12	16	4	174	47,25	
	Чай витаминный	200/5			11	39	102	
	Хлеб пшеничный	70	5	1	46	165	128	
Итого за обед		**810**	27,6	31,29	115,2	704,1		**74,15**
Итого за день		**1384,5**	39,6	40,29	212,2	1158		**141,36**

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ___

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 19 сентября 2022 г

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

Неделя: 4 **Возрастная категория: 7-11 лет**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептуры	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак полдник								
	Каша рисовая рассыпчатая	150/4	4	4	39	210	67,01	
	Котлеты из мяса птицы	60	6	10	6	113	486,01	
	Соус томатный	30		1	2	22	91,04	
	Чай с лимоном и сахаром	200/7	0,063	0,01	10,19	42,28	94,02	
	Повидло	10	0,04		6,5	25	504	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
Итого за завтрак (полдник)		**511**	14,1	15,01	103,7	530,3		**59,76**
обед								
	Щи из свежей капусты с картофелем	250/10	4	8	8	73	10,01	
	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			10	40	92,02	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
Итого за обед		**714**	**22**	**20**	**95**	**549**		**61,90**
Итого за завтрак(полдник) и обед		**1225**	36,1	35,01	198,7	1079		**121,66**

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ___

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 19 сентября 2022 г

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

Неделя: 4 **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 рассыпчатая	180/5	5	5	40	228	67,02	
	Котлеты из мяса птицы	60	6	10	6	113	486,01	
	Соус томатный	30		1	2	22	91,04	
	Чай с лимоном и сахаром	200/7	0,063	0,01	10,19	42,28	94,02	
	Повидло	15			10	38	504	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
Итого за завтрак (полдник)		**547**	15,06	16,01	108,2	561,3		**67,21**
обед								
	Щи из свежей капусты с картофелем	250/10	5	11	10	88	10,03	
	Каша гречневая рассыпчатая	180/5	10	7	45	288	65,02	
	Мясо тушеное с овощами	85	10	11	4	153	488,1	
	Чай с сахаром	200			10	40	92,02	
	Хлеб пшеничный	70	5	1	46	165	128	
Итого за обед		**800**	**30**	**30**	**115**	**734**		**74,15**
Итого за завтрак(полдник) и обед		**1347**	45,06	46,01	223,2	1295		**141,36**