

1арт 2022

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ _____

УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.Я.

Меню на 30 мая 2022 г.

Рацион: дети из ММС, 1-4 классы, День: понедельник, Неделя: 5, Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептур	стоимость
			Б	Ж	У		уры	
завтрак	Макаронные изделия с тертым сыром	150/8	8	6	37	236	77,06	
полдник	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	13,063	6,01	100,19	442,28		59,76

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ _____

УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.Я.

Меню на 30 мая 2022 г.

Рацион: дети из ММС, 11 классы, День: понедельник, Неделя: 5, Возрастная категория: лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептур	стоимость
			Б	Ж	У		уры	
завтрак	Макаронные изделия с тертым сыром	180/10	9	7	44	283	77,04	
полдник	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	14,063	7,01	107,19	489,28		67,21

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ _____

УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.Я.

Меню на 31 мая 2022 г.

Рацион: дети из ММС, 1-4 классы, День: вторник, Неделя: 5, Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептур	стоимость
			Б	Ж	У		уры	
завтрак	Помидоры порционные	40				0,06		
	Каша гречневая рассыпчатая	150/4	8	5	35	224	65	
	Гуляш из говядины с овощами	20/50	6	9	2	115	47,16	
	Компот из смеси сухофруктов	200			14,97	59,85	97,02	

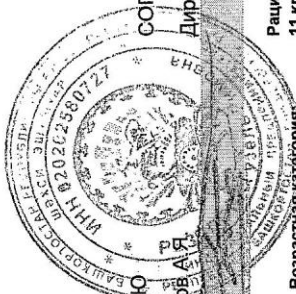
СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ _____

УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.Я.

Меню на 31 мая 2022 г.

Рацион: дети из ММС, 11 классы, День: вторник, Неделя: 5, Возрастная категория: лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептур	стоимость
			Б	Ж	У		уры	
завтрак	Помидоры порционные	40				0,06		
	Каша гречневая рассыпчатая	180/5	11	6	49	297	65,02	
	Гуляш из говядины с овощами	20/50	7	9	2	115	47,16	
	Компот из смеси сухофруктов	200			14,97	59,85	97,02	

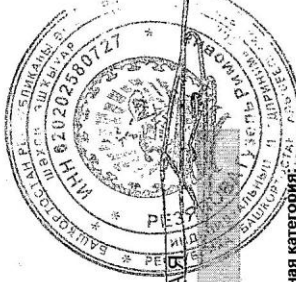


УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ



УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

Меню на 20 мая 2022 г

Меню на 20 мая 2022 г

Рацион: дети из ММС, 1-4 классы
День: пятница
Неделя: 3
Возрастная категория: 7-11 лет

Рацион: дети из ММС, 11 классы
День: пятница
Неделя: 3
Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептур	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак полдник	Каша пшенная молочная	150/4	6	7	27	191	73	
	Чай с сахаром	200			9	25	92,03	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
	Фрукты	140	1	1	13	46	496	
Итого за завтрак (полдник)		544	11	8	89	380	101,02	59,76

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептур	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак полдник	Каша пшенная молочная	180/4,5	7	8	33	230	73,02	
	Чай с сахаром	200			9	25	92,03	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
	Фрукты	140	1	1	13	46	496	
Итого за завтрак (полдник)		574,5	12	9	95	419	789,08	67,21

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

Меню на 23 мая 2022 г

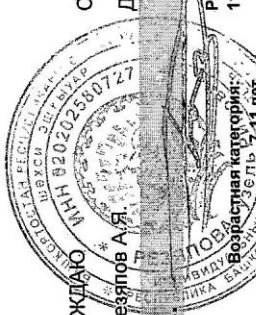
Меню на 23 мая 2022 г

Рацион: дети из ММС, 1-4 классы
День: понедельник
Неделя: 4
Возрастная категория: 7-11 лет

Рацион: 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	№ рецептур	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак полдник	Каша рисовая рассыпчатая	150/4	4,05	4,37	38,92	209,86	67,01	
	Котлеты из мяса птицы	60	9	10	5	126	486,01	
	Соус томатный	30	1	2	2	22	91,01	
	Чай с сахаром	200			10	40	92,03	
Итого за завтрак (полдник)		50/15	3,86	0,45	49,6	155	3,04	50,76

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептур	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак полдник	Каша рисовая рассыпчатая	180/5	4,86	5,3	40,12	227,88	67,02	
	Котлеты из мяса птицы	60	9	10	5	126	486,01	
	Соус томатный	30	1	2	2	22	91,01	
	Чай с сахаром	200			10	40	92,03	
Итого за завтрак (полдник)		50/15	3,86	0,45	49,6	155	3,04	67,21

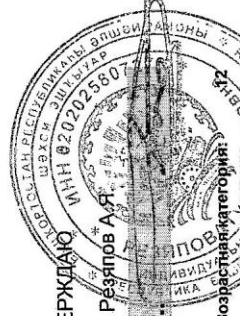


СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.



Меню на 16 мая 2022 г.

Рацион: дети из ММС, 1-4 классы

День: понедельник
Неделя: 3

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	Стоимость рецепта
			Б	Ж	У		
завтрак	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)							59,76

Меню на 16 мая 2022 г.

Рацион: дети из ММС, 11 классы

День: понедельник
Неделя: 3

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	Стоимость рецепта
			Б	Ж	У		
завтрак	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)							67,21

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

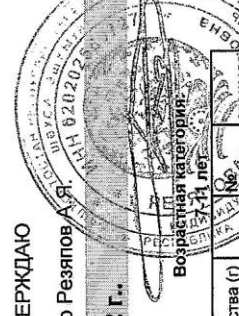


СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.



Меню на 17 мая 2022 г.

Рацион: дети из ММС, 1-4 классы

День: вторник
Неделя: 3

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	Стоимость рецепта
			Б	Ж	У		
завтрак	Помидоры порционные	40				0,06	
	Каша гречневая рассыпчатая	150/4	8	5	35	224	65
	Гуляш из говядины с овощами	20/50	6	9	2	115	47,16
	Компот из смеси сухофруктов	200			14,97	59,85	97,02
Итого за завтрак (полдник)							128,03

Меню на 17 мая 2022 г.

Рацион: дети из ММС, 11 классы

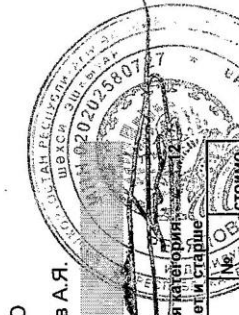
День: вторник
Неделя: 3

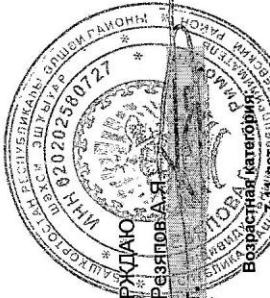
Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	Стоимость рецепта
			Б	Ж	У		
завтрак	Помидоры порционные	40				0,06	
	Каша гречневая рассыпчатая	180/5	11	6	49	297	65,02
	Гуляш из говядины с овощами	20/50	7	9	2	115	47,16
	Компот из смеси сухофруктов	200			14,97	59,85	97,02
Итого за завтрак (полдник)							128,03

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.





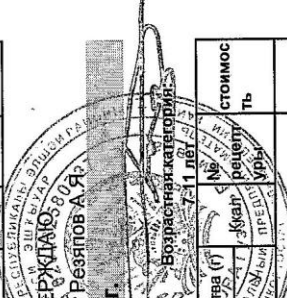
СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ
УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.Я.

Меню на 12 мая 2022 г.

Рацион: дети из ММС,
4 классы.

1. День: четверг
Неделя: 2

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептур	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	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	2	22	91,01	
	Чай витаминный	200/5			11	39	102,04	
	Бутерброд с маслом	50/8	3,86	7,05	39,95	177,34	128,02	
Итого за завтрак (полдник)		517	28,36	27,75	90,31	645,34		59,76



СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ
УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.Я.

Меню на 13 мая 2022 г.

Рацион: дети из ММС,
1-4 классы.

День: пятница
Неделя: 2

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептур	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	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	
	Сок фруктовый	100	1		13	46	496	
	Итого за завтрак (полдник)	504	10	8	87	366		59,76



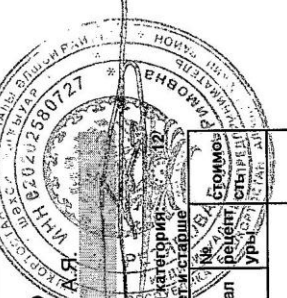
СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ
УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.Я.

Меню на 12 мая 2022 г.

Рацион: дети из ММС,
11 классы.

5. День: четверг
Неделя: 2

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептур	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	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	2	22	91,01	
	Чай витаминный	200/5			11	39	102,04	
	Бутерброд с маслом	50/10	3,88	7,65	39,98	173,6	128,03	
Итого за завтрак (полдник)		550	29,38	28,35	97,34	683,6		67,21



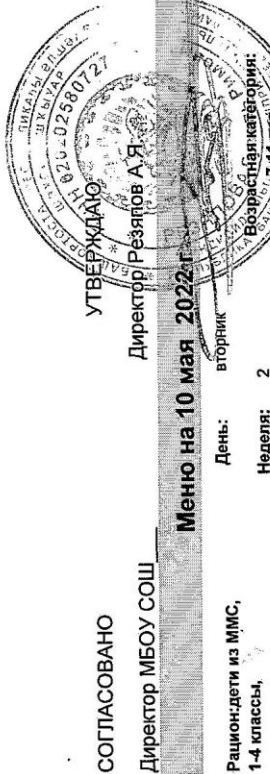
СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ
УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.Я.

Меню на 13 мая 2022 г.

Рацион: дети из ММС,
5-11 классы.

День: пятница
Неделя: 2

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептур	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	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	
	Сок фруктовый	100	1		13	46	496	
	Итого за завтрак (полдник)	535	11	7	92	399		67,21

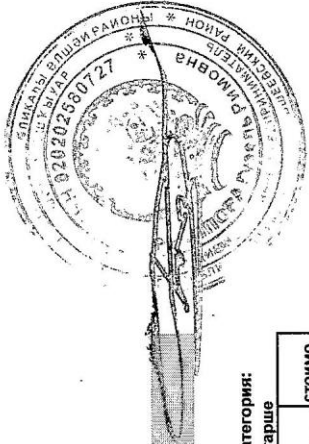


СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

Директор Резяпов А.Я.

УТВЕРЖДАЮ



СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

Директор Резяпов А.Я.

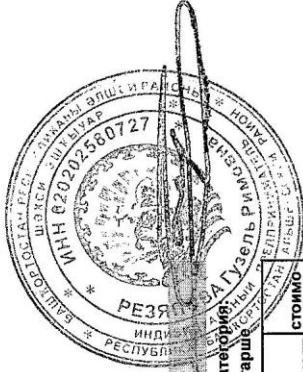
УТВЕРЖДАЮ

Меню на 10 мая 2022 г

Рацион: дети из ММС, 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	Каша пшенная молочная	150/4	6	7	27	191	73	
	Чай с сахаром	200			9	25	92,03	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
	Сок фруктовый	100	1		13	46	496	
Итого за завтрак (полдник)		504	11	7	89	380	789,06	59,76

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептур	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак полдник	Каша пшенная молочная	180/4,5	7	8	33	230	73,02	
	Чай с сахаром	200			9	25	92,03	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
	Сок фруктовый	100	1		13	46	496	
Итого за завтрак (полдник)		534,5	12	8	95	419	789,08	67,21



УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

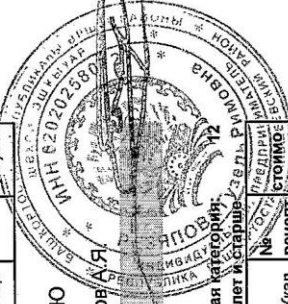
Меню на 6 мая 2022 г.

Возрастная категория: 12 лет и старше

День: пятница

Рацион: дети из ММС, 4-11 классы

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецепт уры	стоимо сть
			Б	Ж	У			
педели.								
завтрак								
полдник	Картофельное пюре	180/5	4	5	26	168	107,02	
	Рыба (филе) тушен. С овощами	40/50	8	2	2	62	520	
	Чай с сахаром	200			10	40	92,03	
	Бутерброд с маслом	50/10	3,88	7,65	39,98	173,6	128,03	
Итого за завтрак(полдник) и обед		535	15,88	14,65	77,98	443,6		67,21



УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

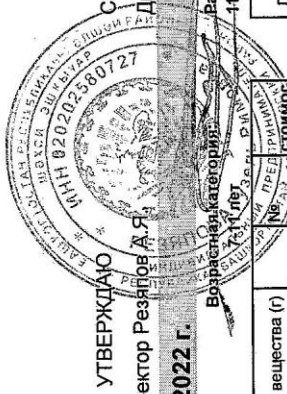
Меню на 11 мая 2022 г.

Возрастная категория: 12 лет и старше

День: среда

Рацион: дети из ММС, 5-11 классы

Рацион: дети из ММС, 5-11 классы										День: среда										Возрастная категория: 12 лет и старше										Неделя: 2									
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)					Ккал	№ рецептур	Стоимость																													
			Б	Ж	У																																		
завтрак																																							
	Каша рисовая рассыпчатая	180/5	4,86	5,3	40,12	227,88	67,02																																
	Котлеты из мяса птицы	60	9	10	5	126	486,01																																
	Соус томатный	30	1	2	2	22	91,01																																
	чай с сахаром	200			10	40	92,03																																
	Бутерброд с повидлом	50/15	3,86	0,45	49,6	155	3,04																																



УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

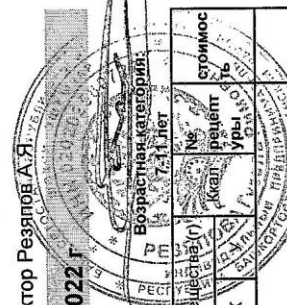
Меню на 6 мая 2022 г.

Возрастная категория: 12 лет и старше

День: пятница

Рацион: дети из ММС, 4-11 классы

4 классы		Неделя: 1		№ рецептур			Стоимость	
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	уры	
			Б	Ж	У			
завтрак полдник		150/4	3	5	22	140	107	
	Картофельное пюре							
	Рыба (филе) тушен. С овощами	30/40	12	4	2	89	434	
	Чай с сахаром	200			10	40	92,03	
	Бутерброд с маслом	50/8	3,86	7,05	39,95	177,34	128,02	
Итого за завтрак(полдник) и обед		482	18,86	16,05	73,95	446,34	59,76	



УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

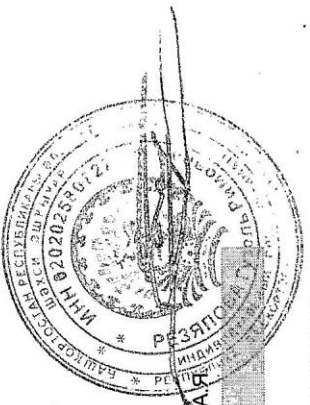
Меню на 11 мая 2022 г.

Возрастная категория: 12 лет и старше

День: среда

Рацион: дети из ММС, 5-11 классы

Рацион: дети из ММС,									
4 классы									
1. День: среда									
Неделя: 2									
Возрастная категория: 7-11 лет									
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			№ рецептур	Ккал	Стоимость	
			Б	Ж					
завтрак	Каша рисовая рассыпчатая	150/4	4,05	4,37	38,92	209,86	67,01		
полдник	Котлеты из мяса птицы	60	9	10	5	126	486,01		
	Соус томатный	30	1	2	2	22	91,01		
	Чай с сахаром	200			10	40	92,03		
	Бутерброд с повидлом	50/15	3,86	0,45	49,6	155	3,04		



УТВЕРЖДАЮ

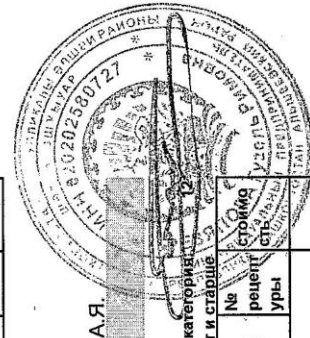
Директор Резяпов А.Я.

Меню на 4 мая 2022 г

День: среда
Неделя: 1

Возрастная категория
12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества				Ккал	Na рецент уры	стоимо сть
			(г)			У			
			Б	Ж	У				
завтрак полдник	Каша пшениная молочная	180/4,5	7	8	33	230	73.02		
	Чай с сахаром	200			9	25	92.03		
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03		
	Сок фруктовый	100	1		13	46	496		
Итого за завтрак (полдник)		534,5	12	8	95	419	789,08	67,21	



УТВЕРЖДАЮ

Меню на 5 мая 2022 г..

День:	четверг
Неделя:	1

[illegible]

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества				№ рецептур	строгий контроль
			Б	Ж	У	ккал		
завтрак полдник	Макароны изделия с тертым сыром	180/10	9	7	44	283	77,04	
	Чай с сахаром	200			10	40	92,03	
	Сок фруктовый	100	1		13	46	486	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
Итого за завтрак (полдник)		540	14	7	107	487		67,21