



СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ № 1



ИП Резяпова Г.Р.
УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 05.04.2021 г.

День: понедельник
Неделя: 1

Сезон: 01.01-12.31
Возрастная категория 7-18 лет

Рацион: учащиеся 1-4 классов, многодетные

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
завтрак							
полдник	Котлеты из мяса птицы	60	15	17	12	157	486,01
	Соус томатный	40		2	2,4	28	91,03
	Макаронные изделия отварные	150	5,81	4,25	37,06	203,89	77,01
	Напиток из свежих мороженных ягод	200	1		214,97	59,85	102,03
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,1	24,6	117,5	128,03
Итого за завтрак		500	25,61	23,35	291,03	566,24	
Итого сумма за завтрак							57,43 р.



Меню на 06.04.2021 г.

День: вторник
Неделя: 1

Сезон: 01.01-12.31
Возрастная категория 7-18 лет

Рацион: учащиеся 1-4 классов, многодетные

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
завтрак	Каша гречневая рассыпчатая	150/4	6,33	4,55	28,6	180,44	65
полдник	Мясо тушеное с овощами	50	5,91	6,74	2,43	94,22	
	Чай с сахаром	200			10	42	94,02
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,1	24,6	117,5	128,03
	Кисломолочный продукт для детского питания	100	3	3	4	59	106,07
Итого за завтрак		554	19,04	14,39	69,63	493,16	
Итого сумма за завтрак							57,43 р.



СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ № 1



ИП Резяпова Г.Р.
УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.Я.

Меню на 07.04.2021 г.

День: среда
Неделя: 1

Сезон: 01.01-12.31
Возрастная категория 7-18 лет

Рацион: учащиеся 1-4 классов, многодетные

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерго- тическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
завтрак							
полдник	Гуляш из филе кур	20/50	6,41	9,91	3,53	113,76	486
	Каша рисовая рассыпчатая	150/4	3,77	4,37	38,92	209,86	67,01
	Чай витаминный	200/10			9,7	39	102,04
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,1	24,6	117,5	128,03
Итого за завтрак		484	13,98	14,38	76,75	480,12	
Итого сумма за завтрак							57,43 р.

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ №



И.Р. Резяпова Г.Р.
УТВЕРЖДАЮ
Директор



Резяпов А.Я.

Меню на 08.04.2021 г.

День: четверг
Неделя: 1

Сезон: 01.01-12.31
Возрастная категория 7-18 лет

Рацион: учащиеся 1-4 классов, многодетные

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
завтрак полдник	Картофель тушеный из филе кур с овощами	150	11,24	14,88	18,43	230,68	
	Чай с лимонном и сахаром	200			10	42	94,02
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,1	24,6	117,5	128,03
	Масло сливочное	8	0,06	5,8	0,1	52,88	492
	Фрукты	120			10	47	101
Итого за завтрак		528	15,1	20,78	63,13	490,06	
Итого сумма за завтрак							57,43 р.

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ № 1



ИП Резяпова Г.Р.
УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.Я.



Меню на 12.04.2021 г.

День: понедельник
Неделя: 2

Сезон: 01.01-12.31
Возрастная категория 7-16 лет

Рацион: учащиеся 1-4 классов, многодетные

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
завтрак полдник	Макаронные изделия отварные	180/5	5,81	4,25	37,06	203,89	77,01
	Соус томатный	40		2	2	28	91,03
	Чай витаминный	200			9,7	39	102,04
	Бутерброд с маслом, с сыром	50/8/10	6,23	3,04	24,7	207,88	128,03
	Фрукты	120			10	47	101
Итого за завтрак		603	12,04	9,29	83,46	525,77	
Итого сумма за завтрак							57,43 р.

Директор МБОУ СОШ № 1

Г.А. Резяпов



СОГЛАСОВАНО

Директор

ИП Резяпов А.Я.
УТВЕРЖДАЮ

Резяпов А.Я.



Меню на 13.04.2021 г.

День: вторник
Неделя: 2

Сезон: 01.01-12.31
Возрастная категория 7-18 лет

Рацион: учащиеся 1-4 классов, многодетные

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
завтрак							
полдник	Гуляш из говядины	20/50	7	9	4	123	
	Каша гречневая рассыпчатая	150/4	6,33	4,55	28,6	180,44	65
	Чай с лимоном и сахаром	200			10	42	94,02
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,1	24,6	117,5	128,03
	Кисломолочный продукт для детского питания	100	3	3	4	59	106,07
		574					
Итого за завтрак			20,13	16,65	71,2	521,94	
Итого сумма за завтрак							57,43 р.

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ №

Г.А. Резяпова



ИП Резяпова Г.Е.
УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.



Меню на 14.04.2021 г.

День: среда

Неделя: 2

Сезон: 01.01-12.31

Возрастная категория 7-16 лет

Рацион: *грашисья 1-4 классов, многодетные*

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
завтрак							
полдник	Огурцы соленные	15	0,24		0,51	3,9	
	Плов из куриного филе	220	20	26	34	452	64,08
	Напиток из свежих мороженных ягод	200	1		214,97	59,85	102,03
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,1	24,6	117,5	128,03
	Масло сливочное	8	0,06	5,8	0,1	52,88	492
Итого за завтрак		493	25,1	31,9	274,18	686,13	
Итого сумма за завтрак							57,43 р.

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ №



ИП Резяпова Г.Р.
УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.



Меню на 15.04.2021 г.

День: четверг

Неделя: 2

Сезон: 01.01-12.31

Возрастная категория: 7-18 лет

Рацион: Учащиеся 1-4 классов, многодетные

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
завтрак							
	Азу из говядины	35/50	9,295	12,74	1,82	159,25	
полдник	Картофельное пюре	150	3,29	4,63	22,08	139,99	107,01
	Компот из смеси сухофруктов	200			15	60	97,02
	Сыр голландский	10	2,37	3,04		37,5	493
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,1	24,6	117,5	128,03
Итого за завтрак		495	9,46	7,77	61,68	354,99	
Итого сумма за завтрак							57,43 р

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ № 1

Габриелят Р.А.



ИП Резяпова Г.Р.
УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.Я.



Меню на 16.04.2021 г.

День: пятница

Неделя: 2

Сезон: 01.01-12.31

Возрастная категория 7-18 лет

Рацион: *учащиеся 1-4 классов, многодетные*

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
завтрак							
полдник	Каша молочная Дружба	150/4	5,88	7,48	29,86	210,49	74
	Чай с сахаром	200			10	40	92,04
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,1	24,6	117,5	128,03
	Масло сливочное	8	0,06	5,8	0,1	52,88	492
	Кисломолочный продукт для детского питания	100	3	3	4	59	106,07
Итого за завтрак		512	12,74	16,38	68,56	479,87	
Итого сумма за завтрак							57,43 р