

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ



УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.Я.



Меню на 8 ноября 2021 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	Макаронные изделия отварные	150/4	6	4	37	204	77,01	
	Котлеты из мяса птицы	60	9	10	5	128	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	
	Масло сливочное	8		7		60	492	
	Итого за завтрак (полдник)	509	20	23	94	572		57,43 р.
обед	Свекла отварная	40	1		4	17	14	
	Щи из свежей капусты с картофелем	200/8	4	8	8	73	10,01	
	Каша пшеничная рассыпчатая	150/3	7	4	40	213	297	
	Азу из говядины	35/30	10	14	2	170	44,02	
	Чай с сахаром	200			9	25	92,03	
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,45	39,85	117,5	99,01	
	Итого за обед	710	25,8	26,15	102,85	615,5		81,23 р.
Итого за завтрак(полдник) и обед		1225	45,8	49,15	196,85	1187,5		121,33 р.

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ



УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.Я.



Меню на 8 ноября 2021 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	Макаронные изделия отварные	180/5	7	4	44	246	77,02	
	Котлеты из мяса птицы	60	9	10	5	126	486,01	
	Соус томатный	40	1	3	3	29	91,03	
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	94,02	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
	Масло сливочное	10		7		66	492	
	Итого за завтрак (полдник)	552	21	24	102	627	1368,1	64,32 р.
обед	Свекла отварная	60	1		7	32	15	
	Щи из свежей капусты с картофелем	250/10	5	11	10	88	10,03	
	Каша пшеничная рассыпчатая	150/3	7	4	40	213	297	
	Азу из говядины	35/30	10	14	2	170	44,02	
	Чай с сахаром	200			9	25	92,03	
	Хлеб пшеничный	70	5,3	0,63	55,8	164,5	99,02	
	Итого за обед	898	28,3	25,83	123,8	692,5		71,20 р.
Итого за завтрак(полдник) и обед		1450	49,3	50,63	225,8	1319,5		135,52 р.

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 9 ноября 2021 г.

Рацион: дети из ММС,
1-4 классы, РП

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	63	5,01	
	Жаркое по -Домашнему из говядины	150	11	12	20	230	448,01	
	Напиток из свежих мороженных ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
	Печенье "Детское"	20						
	Повидло	10			7	25		
Итого за завтрак (полдник)		500	17	15	95	525		57,43 р

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 9 ноября 2021 г.

Рацион: дети из ММС
5-11 классы

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	80	1	3	7	63	5,01	
	Жаркое по -Домашнему из говядины	180	13	14	24	277	480,01	
	Напиток из свежих мороженных ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
	Печенье "Детское"	20						
	Повидло	15			10	38	504	
Итого за завтрак (полдник)		555	19	17	102	585		64,32р

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ



УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.Я.



Меню на 10 ноября 2021 г.

Рацион: дети из ММС,
1-4 классы, РП

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	Салат "Школьный"	60	1	5	4	65	25	
	Плов из куриного филе	180	13	23	36	383	64,07	
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	94,02	
	Сыр голландский	10	2	3		38	493	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
Итого за завтрак (полдник)		507	20	31	90	646		57,43 р

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ



УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.Я.



Меню на 10 ноября 2021 г.

Рацион: дети из ММС
5-11 классы

День: среда
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 "Школьный"	80	1	7	5	86	25,01	
	Плов из куриного филе	200	14	26	40	423	64,01	
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	94,02	
	Сыр голландский	15	4	5		56		
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
Итого за завтрак (полдник)		552	23	38	95	725		64,32р

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ



УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.Я.



Меню на 11 ноября 2021 г.

Рацион: дети из ММС,
1-4 классы, РП

День: четверг

Неделя: 2

Возрастная категория:
11 лет

7-

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	
полдник	Гуляш из говядины	20/50	7	9	4	123	47,18	
	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)		579	22	17	94	563		57,43 р

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ



УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 11 ноября 2021 г.



Рацион: дети из ММС 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	Каша гречневая рассыпчатая	150/4	8	5	35	224	65	
полдник	Гуляш из говядины	20/50	7	9	4	123	47,18	
	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)		579	22	17	94	563		64,32р

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.Я.

Меню на 12 ноября 2021 г.

Рацион: дети из ММС
1-4 классы, РП

День: пятница

Неделя: 2

Возрастная категория:
1-4 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептуры	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Каша рисовая молочная	150/4	4	6	22	161	71	
полдник	жидкая							
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	94,02	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
	Фрукты	120			12	56	101,03	
	Печенье	20	1	3	12	81	117,01	
Итого за завтрак (полдник)		551	9	9	96	458		57,43 р

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.Я.

Меню на 12 ноября 2021 г.

Рацион: дети из ММС 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	Каша рисовая молочная	180/4,5	5	8	26	194	72,01	
полдник	жидкая							
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	94,02	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
	Фрукты	120			12	56	101,03	
	Печенье	20	1	3	12	81		
Итого за завтрак (полдник)		581,5	10	11	100	491		64,32р

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ



УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А. Я.



Меню на 15 ноября 2021 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 отварные	150/4	6	4	37	204	77,01	
	Гуляш из отварной говядины	20/50	10	10	4	144	47,18	
	Напиток из свежих мороженных ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
	Печенье "Сказка"	20	0,77	1,43	5,94	35,1	117,01	
	Масло сливочное	8		7		60	492	
Итого за завтрак (полдник)		512	21,77	22,43	107,94	650,1		57,43 р.
обед								
	Салат из моркови	60	1	6	7	84	17	
	Борщ с капустой и картофелем	200/8	4	8	11	81	27,01	
	Плов из курицы	200	14	25	40	443	64,03	
	Чай с сахаром	200			9	25	92,03	
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,45	39,85	117,5	99,01	
Итого за обед		713	22,8	39,45	106,85	750,5		64,23 р.
Итого за завтрак (полдник) и обед		1230	44,57	61,88	214,79	1400,6		121,66 р.

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ



УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А. Я.



Меню на 15 ноября 2021 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 отварные	180/5	7	4	44	246	77,02	
	Гуляш из отварной говядины	20/50	10	10	4	144	47,18	
	Напиток из свежих мороженных ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
	Печенье "Сказка"	20	0,77	1,43	5,94	35,1	117,02	
	Масло сливочное	10		7		66		
Итого за завтрак (полдник)		545	22,77	22,43	114,94	698,1		64,32 р.
обед								
	Салат из моркови	80	1	8	9	112	17,01	
	Борщ с капустой и картофелем	250/10	5	10	14	104	27,02	
	Плов из курицы	200	14	25	40	443	64,03	
	Чай с сахаром	200			9	25	92,03	
	Хлеб пшеничный	70	5,3	0,63	55,8	164,5	99,02	
Итого за обед		810	25,3	43,63	127,8	848,5		74,20 р.
Итого за завтрак (полдник) и обед		1355	48,07	66,06	242,74	1546,6		138,52 р.

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ



УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.Я.



Меню на 16 ноября 2021 г.

Рацион: дети из ММС,
1-4 классы, РП

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	Салат "Здоровье"	60	1	3	5	52	34,01	
	Каша гречневая рассыпчатая	150/4	8	5	35	224	65	
	Мясо тушеное с овощами	50	6	7	2	94	29,05	
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	94,02	
	Сыр голландский	10	2	3		38	493	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
Итого за завтрак (полдник)		531	21	18	92	568		57,43 p

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ



УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.Я.



Меню на 16 ноября 2021 г.

Рацион: дети из ММС 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	Салат "Здоровье"	80	1	4	7	70	34,08	
	Каша гречневая рассыпчатая	150/4	8	5	35	224	65	
	Мясо тушеное с овощами	50	6	7	2	94	29,05	
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	94,02	
	Сыр голландский	15	4	5		56		
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
Итого за завтрак (полдник)		556	23	21	94	604		64,32p

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ



УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.Я.



Меню на 17 ноября 2021 г.

Рацион: дети из ММС
1-4 классы, РП

День: среда
Неделя: 3

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептур	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак								
полдник	Салат из моркови	60	1	6	7	84	17	17
	Картофельное пюре	150/4	3	5	22	140	107,01	
	Котлеты из мяса птицы	60	9	10	5	126	486,01	
	Соус томатный	30	1	2	2	22	91,01	
	Чай витаминный	200/5			11	39	102,94	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	128,03
	Масло сливочное	8		7		60	492	492
Итого за завтрак (полдник)		567	18	30	87	589		57,43 р

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ



УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.Я.



Меню на 17 ноября 2021 г.

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)			Ккал	№ рецептур	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак								
полдник	Салат из моркови	60	1	6	7	84	17	17
	Картофельное пюре	150/4	3	5	22	140	107,01	
	Котлеты из мяса птицы	60	9	10	5	126	486,01	
	Соус томатный	40	1	2	2	22	91,03	
	Чай витаминный	200/5			11	39	102,94	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	128,03
	Масло сливочное	10		7		66	492	492
Итого за завтрак (полдник)		579	18	30	87	595		64,32 р

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ



УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.Я.



Меню на 18 ноября 2021 г.

Рацион: дети из ММС
1-4 классы, РП

День: четверг

Неделя: 3

Возрастная категория:

11 лет

7-

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	Плов из куриного филе	150	14	18	24	320	64	
	Чай с сахаром	200			10	40	92,04	
	Кисломолочный продукт	100	3	3	4	59	106,07	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
Итого за завтрак (полдник)		560	22	24	85	600		57,43 р.

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ



УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.Я.

Меню на 18 ноября 2021 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	№ рецептуры	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Салат из белокочанной капусты	60	1	3	7	63	5,01	
полдник	Плов из куриного филе	180	13	23	36	383	64,07	
	Чай с сахаром	200			10	40	92,04	
	Кисломолочный продукт	100	3	3	4	59	106,07	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
Итого за завтрак (полдник)		590	21	29	97	663		64,32р

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 19 ноября 2021 г

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

День: пятница

Неделя: 3

Возрастная категория:

11 лет

7-

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			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		57,43 р.
обед								
	Салат Витаминный	60	1	3	7	62	113	
	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	
	Кисель из концентрата	200			10	40		
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,45	39,85	117,5	99,01	
Итого за обед		714	21,8	21,45	113,85	621,5		64,23 р.
Стоимость завтрака (полдника) и обеда		1248	30,8	27,45	207,85	1037,5		121,66 р.

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 19 ноября 2021 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 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		
	Фрукты	120			12	56	101,03	
Итого за завтрак (полдник)		570	10	7	102	462		64,32р
обед								
	Салат Витаминный	80	1	4	10	83	113,01	
	Суп картофельный с бобовыми	250	6	8	24	137	33,02	
	Макаронные изделия отварные	150/4	6	4	37	204	77,01	
	Мясо тушеное с овощами	50	6	7	2	94	29,05	
	Кисель из концентрата	200			10	40		
	Хлеб пшеничный	70	5,3	0,63	55,8	164,5	99,02	
Итого за обед		804	24,3	23,63	138,8	722,5		74,20р
Стоимость завтрака (полдника) и обеда		1374	34,3	30,63	240,8	1184,5		138,52р

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ



УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.



Меню на 22 ноября 2021 г.

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

День: понедельник

Неделя: 4

Возрастная категория:

11 лет

7-

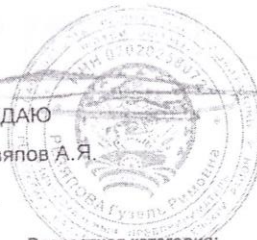
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептуры	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак полдник	Макаронные изделия отварные	150/4	6	4	37	204	77,01	
	Котлеты из мяса птицы	60	9	10	5	126	486,01	
	Соус томатный	30	1	2	2	1,01		
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	94,02	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
	Масло сливочное	8		7		60	492	
	Итого за завтрак (полдник)	509	20	23	94	572		57,43 р.
обед	Свекла отварная	40	1		4	17	14	
	Щи из свежей капусты с картофелем	200/8	4	8	8	73	10,01	
	Каша пшеничная рассыпчатая	150/3	7	4	40	213	297	
	Азу из говядины	35/30	10	14	2	170	44,02	
	Чай с сахаром	200			9	25	92,03	
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,45	39,85	117,5	99,01	
	Итого за обед	716	23,8	20,45	102,85	615,5		64,23 р.
Итого за завтрак (полдник) и обед		1225	43,8	43,45	195,85	1187,5		121,66 р.

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ



УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.



Меню на 22 ноября 2021 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	Макаронные изделия отварные	180/5	7	4	44	246	77,02	
	Котлеты из мяса птицы	60	9	10	5	126	486,01	
	Соус томатный	40	1	3	3	29	91,03	
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	94,02	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
	Масло сливочное	10		7		66	492	
	Итого за завтрак (полдник)	552	21	24	102	627	1368,1	64,32 р.
обед	Свекла отварная	60	1		7	32	15	
	Щи из свежей капусты с картофелем	250/10	5	11	10	88	10,03	
	Каша пшеничная рассыпчатая	150/3	7	4	40	213	297	
	Азу из говядины	35/30	10	14	2	170	44,02	
	Чай с сахаром	200			9	25	92,03	
	Хлеб пшеничный	70	5,3	0,53	55,8	164,5	99,02	
	Итого за обед	808	23,3	20,53	123,9	692,5		71,20 р.
Итого за завтрак (полдник) и обед		1360	44,3	44,53	226,8	1319,5		135,52 р.

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 23 ноября 2021 г.

День: вторник

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

Неделя: 4

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	63	5,01	
	Жаркое по -Домашнему из говядины	150	11	12	20	230	448,01	
	Напиток из свежих мороженных ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
	Печенье "Сказка"	20	0,77	1,43	5,94	35,1		
	Повидло	10			7	25		
	Стоимость завтрака(полдника) и обеда	500	17,77	16,43	100,94	560,1		57,43 р.
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 с лимоном и сахаром	200/7			10	42	94,02	
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,45	39,85	117,5	99,01	
	Итого за обед	731	18,8	23,45	112,85	603,5		64,23 р.
Итого за завтрак(полдник) и обед		1231	36,57	39,88	213,79	1163,6		121,66р

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 23 ноября 2021 г.

День: вторник

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

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	Салат из белокочанной капусты	80	2	4	9	83	5,02	
	Жаркое по -Домашнему из говядины	180	13	14	24	277	480,01	
	Напиток из свежих мороженных ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
	Печенье "Сказка"	20	0,77	1,43	5,94	35,1		
	Повидло	15			10	38	504	
	Стоимость завтрака(полдника) и обеда	555	20	18	104	605		64,32р
обед	Суп картофельный с крупой пшенной	250	5	9	20	120	31,08	
	Каша рисовая рассыпчатая	180/5	5	5	40	228	67,02	
	Гуляш из куриного филе	40/50	12	16	4	174	47,02	
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	94,02	
	Хлеб пшеничный	70	5,3	0,63	55,8	164,5	99,02	
	Итого за обед	802	27,3	30,63	129,8	728,5		74,20р
Итого за завтрак(полдник) и обед		1357	47,3	48,63	233,8	1333,5		138,52р.

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.Я.

Меню на 24 ноября 2021 г.

День: среда

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

Неделя: 4

Возрастная категория:

11 лет

7-

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ 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	
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	94,02	
	Сыр голландский	10	2	3		38	493	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
Итого за завтрак (полдник)		507	20	31	90	646		57,43 р.
обед								
	Салат из моркови	60	1	6	7	84	17	
	Суп картофельный с бобовыми	250	6	8	24	137	33,06	
	Овощное рагу с б/к мясом	160	10	12	12	198	133,05	
	Кисель из концентрата	200			10	40		
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,45	39,85	117,5	99,01	
Итого за обед		720	20,8	26,45	92,85	576,5		64,23 р.
Итого за завтрак(полдник) и обед		1227	40,8	57,45	182,85	1222,5		121,66 р.

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.Я.

Меню на 24 ноября 2021 г.

День: среда

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

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								
	Салат "Школьный"	80	1	7	5	86	25,01	
	Плов из куриного филе	200	14	26	40	423	64,01	
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	94,02	
	Сыр голландский	15	4	5		56		
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
Итого за завтрак (полдник)		552	23	38	95	725		64,32р.
обед								
	Салат из моркови	80	1	8	9	112	17,01	
	Суп картофельный с бобовыми	250	6	8	23	130	33,02	
	Овощное рагу с б/к мясом	200	16	20	16	291	133,04	
	Кисель из концентрата	200			10	40		
	Хлеб пшеничный	70	5,3	0,63	55,8	164,5	99,02	
Итого за обед		800	28,3	36,63	113,8	737,5		74,20р.
Итого за завтрак(полдник) и обед		1352	51,3	74,63	208,8	1462,5		138,52р.

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.Я.

Меню на 25 ноября 2021 г.

Рацион: дети из ММС,
1-4 классы, РП

День: четверг
Неделя: 4

Возрастная категория: 11 лет 7-

Прием лици	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецеп- туры	стоимос- ть
			Б	Ж	У			
завтрак	Каша гречневая	150/4	8	5	35	224	65	
полдник	рассыпчатая							
	Гуляш из говядины	20/50	7	9	4	123	47,18	
	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)		579	22	17	94	563		57,43 р

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.Я.

Меню на 25 ноября 2021 г.

Рацион: дети из ММС 5-11 классов

День: четверг
Неделя: 4

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецеп- туры	стоимос- ть
			Б	Ж	У			
завтрак	Каша гречневая	150/4	8	5	35	224	65	
полдник	рассыпчатая							
	Гуляш из говядины	20/50	7	9	4	123	47,18	
	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)		579	22	17	94	563		64,32р

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.Я.

Меню на 26 ноября 2021 г.

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

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 молочная жидкая	150/4	4	6	22	161	71	
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	94,02	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
	Фрукты	120			12	56	101,03	
	Печенье "Сказка"	20	0,77	1,43	5,94	35,1	117,01	
Итого за завтрак (полдник)		551	8,77	7,43	89,94	412,1		57,43 р.
обед	Салат из белокочанной капусты	60	1	3	7	63	5,01	
	Рассольник "Ленинградский"	200/8	4	7	14	99	26,01	
	Картофельное пюре	150/4	3	5	22	140	107,01	
	Мясо тушеное с овощами	50	6	7	2	94	29,05	
	Напиток из свежих мороженных ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,45	39,85	117,5	99,01	
Итого за обед		732	18,8	22,45	105,85	602,5		64,23 р.
Итого за завтрак (полдник) + обед		1283	27,57	29,88	195,79	1014,6		121,66р

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.Я.

Меню на 26 ноября 2021 г.

Рацион: дети с ОВЗ и дети-инвалиды (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			
завтрак полдник	Каша рисовая молочная жидкая	180/4,5	5	8	26	194	72,01	
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	94,02	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
	Фрукты	120			12	56	101,03	
	Печенье "Сказка"	20	0,77	1,43	5,94	35,1		
Итого за завтрак (полдник)		581,5	9,77	9,43	93,94	445,1		64,32р
обед	Салат из белокочанной капусты	60	1	3	7	63	5,01	
	Рассольник "Ленинградский"	250/10	5	10	18	124	26,02	
	Картофельное пюре	150/4	3	5	22	140	107,01	
	Мясо тушеное с овощами	50	6	7	2	94	29,05	
	Напиток из свежих мороженных ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	Хлеб пшеничный	70	5,3	0,63	55,8	164,5	99,02	
Итого за обед		804	21,3	25,63	125,8	674,5		74,20р
Итого за завтрак (полдник) + обед		1385,5	31,07	35,06	219,74	1119,6		138,52р.



Меню на 29 ноября 2021 г.

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

День: понедельник

Неделя: 5

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	
	Гуляш из отварной говядины	20/50	10	10	4	144	47,18	
	Напиток из свежих мороженных ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
	Печенье "Сказка"	20	0,77	1,43	5,94	35,1	117,02	
	Масло сливочное	8		7		60	492	
Итого за завтрак (полдник)		512	21,77	22,43	107,94	650,1		57,43 р.
обед	Салат из моркови	60	1	6	7	84	17	
	Борщ с капустой и картофелем	200/8	4	8	11	81	27,01	
	Плов из курицы	200	14	25	40	443	64,03	
	Чай с сахаром	200			9	25	92,03	
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,45	39,85	117,5	99,01	
Итого за обед		713	22,8	39,45	106,85	750,5		64,23 р.
Итого за завтрак (полдник) и обед		1230	44,57	61,88	214,79	1400,6		121,66 р.



Меню на 29 ноября 2021 г.

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

День: понедельник

Неделя: 5

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	
	Гуляш из отварной говядины	20/50	10	10	4	144	47,18	
	Напиток из свежих мороженных ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
	Печенье "Сказка"	20	0,77	1,43	5,94	35,1	117,02	
	Масло сливочное	10		7		66		
Итого за завтрак (полдник)		545	22,77	22,43	114,94	698,1		64,32 р.
обед	Салат из моркови	80	1	8	9	112	17,01	
	Борщ с капустой и картофелем	250/10	5	10	14	104	27,02	
	Плов из курицы	200	14	25	40	443	64,03	
	Чай с сахаром	200			9	25	92,03	
	Хлеб пшеничный	70	5,3	0,63	55,8	164,5	99,02	
Итого за обед		810	25,3	43,63	127,8	848,5		74,20 р.
Итого за завтрак (полдник) и обед		1355	48,07	66,06	242,74	1546,6		138,52 р.

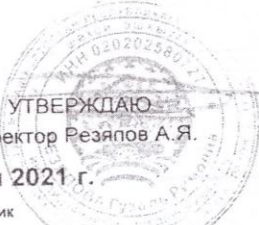
СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ



УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.



Меню на 30 ноября 2021 г.

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

День: вторник

Возрастная категория: 11 лет

Неделя: 5

Прием 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	
	Каша гречневая рассыпчатая	150/4	8	5	35	224	65	
	Мясо тушеное с овощами	50	6	7	2	94	29,05	
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	94,02	
	Сыр голландский	10	2	3		38	493	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
Итого за завтрак (полдник)		531	21	18	92	568		57,43 р
обед								
	Салат из белокочанной капусты	60	1	3	7	63	5,01	
	Суп картофельный с крупой пшеничной	250	5	9	20	120	31,08	
	Жаркое по-домашнему из курицы	150	14	18	28	324	51,07	
	Чай витаминный	200/5			11	39	102,94	
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,45	39,85	117,5	99,01	
Итого за обед		715	23,8	30,45	105,85	663,5		64,23 р.
Итого за завтрак (полдник) и обед		1246	44,8	48,45	137,35	1231,5		121,66 р

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ



УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.



Меню на 30 ноября 2021 г.

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

День: вторник

Возрастная категория: 12 лет и старше

Неделя: 5

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептуры	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак								
полдник	Салат "Здоровье"	80	1	4	7	70	34,08	
	Каша гречневая рассыпчатая	150/4	8	5	35	224	65	
	Мясо тушеное с овощами	50	6	7	2	94	29,05	
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	94,02	
	Сыр голландский	15	4	5		56		
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
Итого за завтрак (полдник)		556	23	21	94	604		64,32 р
обед								
	Салат из белокочанной капусты	80	2	4	9	83	5,02	
	Суп картофельный с крупой пшеничной	250	5	9	20	120	31,08	
	Жаркое по-домашнему из курицы	200	16	19	27	337	51,04	
	Чай витаминный	200/5			11	39	102,94	
	Хлеб пшеничный	70	5,3	0,63	55,8	164,5	99,02	
Итого за обед		805	28,3	32,63	122,3	743,5		74,20 р
Итого за завтрак (полдник) и обед		1361	51,3	53,63	216,8	1347,5		138,52 р.