

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 1 февраля 2022 г.

Рацион: дети из ММС 1-4 классы

День: вторник

Возрастная категория: 7-11 лет

Неделя: 1

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 мороженных 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

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 1 февраля 2022 г.

Рацион: дети из ММС 5-11 классы

День: вторник

Возрастная категория: 12 лет и старше

Неделя: 1

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 мороженных 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

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 2 февраля 2022 г.

День: среда

Рацион: дети из ММС, 1-4 классы

Неделя: 1

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	
	Компот из смеси сухофруктов	200			14,97	59,85	97,02	
	Сыр голландский	10	2	3		38	493	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
Итого за завтрак (полдник)		500	20	31	94,97	663,85		59,76

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 2 февраля 2022 г.

Рацион: дети из ММС 5-11 классы

День: среда

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	Салат "Школьный"	80	1	7	5	86	25,01	
	Плов из куриного филе	220	16,5	28,6	44	465,3	64,02	
	Компот из смеси сухофруктов	200			14,97	59,85	97,02	
	Сыр голландский	15	4	5		56		
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
Итого за завтрак (полдник)		565	25,5	40,6	103,97	785,15		67,21

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А. Я.

Меню на 3 февраля 2022 г.

День: четверг

Рацион: дети из ММС, 1-4 классы

Неделя: 1

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептуры	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)		505	18	14,7	75,12	446,43		59,76

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 3 февраля 2022 г..

День: четверг

Рацион: дети из ММС 5-11 классы

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	Жарков 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)		555	21,67	18,66	81,8	523,31		67,21

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 4 февраля 2022 г.

Рацион: дети из ММС, 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 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

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 4 февраля 2022 г..

Рацион: дети из МНС 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								
полдник	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

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.Я.

Меню на 7 февраля 2022 г.

Рацион: дети из ММС, 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	Каша гречневая рассыпчатая	150/4	8	5	35	224	65	
полдник	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

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.Я.

Меню на 7 февраля 2022 г.

Рацион: дети из ММС 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	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	200/10/7			10	42	94,02	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
	Повидло	15			10	38	504	
Итого за завтрак (полдник)		557	25	18	116	643		67,21

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

А.А. Резяпов

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.А.

Меню на 8 февраля 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	№ рецептуры	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

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 8 февраля 2022 г

Рацион: дети из ММС 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

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А. Я.

Меню на 9 февраля 2022 г.

Рацион: дети из ММС, 1-4 классы

День: среда

Неделя: 2

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У		
завтрак							
полдник	Салат из свеклы 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)		542	8,45	21,11	85,34	499,24	59,76

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 9 февраля 2022 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 из свеклы 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)		575	9,35	21,3	89,74	533,58		67,21

Директор МБОУ СОШ _____

Директор Резяпов А.А.

Меню на 10 февраля 2022 г.

Рацион: дети из ММС, 1-4 классы

День: четверг

Неделя: 2

Возраст. категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептуры	стоимость
			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	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
Итого за завтрак (полдник)		505	21	21	79	536		59,76

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 10 февраля 2022 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	На рецептуры	стоимость
			Б	Ж	У			
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

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ

Директор Везинов А.Я.

Меню на 11 февраля 2022 г.

Рацион: дети из ММС, 1-4 классы

День: пятница

Неделя: 2

Возраст. 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			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

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 11 февраля 2022 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								
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		67,21



СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резников А.А.

Меню на 14 февраля 2022 г

День: понедельник

Рацион: дети из ММС, 1-4 классы

Неделя: 3

Возраст. 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	126	486,01	
	Соус томатный	30	1	2	2	22	91,01	
	Чай с лимоном и сахаром	200/10/7			10	42	94,02	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
	Масло сливочное	8		7		60	492	
Итого за завтрак (полдник)		519	20	23	94	572		59,76

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 14 февраля 2022 г

День: понедельник

Рацион: дети из ММС 5-11 классы

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	
	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	200/10/7			10	42	94,02	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
	Масло сливочное	10		7		66	492	
Итого за завтрак (полдник)		552	21	23	101	620	1368,1	67,21

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ

Директор Везяров А.И.

Меню на 15 февраля 2022 г.

Рацион: дети из ММС, 1-4 классы

День: вторник

Возрастная категория: 7-11 лет

Неделя: 3

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

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 15 февраля 2022 г.

Рацион дети из ММС 5-11 классы

День: вторник

Возрастная категория:

Неделя: 1 3

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

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.Я.

Меню на 16 февраля 2022 г.

Рацион: дети из ММС, 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 "Школьный"	60	1	5	4	65	25	
	Плов из куриного филе	180	13	23	36	383	64,07	
	Компот из смеси сухофруктов	200			14,97	59,85	97,02	
	Сыр голландский	10	2	3		38	493	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
Итого за завтрак (полдник)		500	20	31	94,97	663,85		59,76

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 16 февраля 2022 г.

Рацион: дети из ММС 5-11 классы

День: среда

Возрастная категория:

Неделя: 3 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	220	16,5	28,6	44	465,3	64,02	
	Компот из смеси сухофруктов	200			14,97	59,85	97,02	
	Сыр голландский	15	4	5		56		
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
Итого за завтрак (полдник)		565	25,5	40,6	103,97	785,15		67,21

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ



Директор Резяпов А.Я.

Меню на 17 февраля 2022

День: четверг

Рацион дети из ММС, 1-4 классы

Неделя: 3

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептуры	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)		505	18	14,7	75,12	446,43		59,76

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 17 февраля 2022 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								
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)		555	21,67	18,66	81,8	523,31		67,21

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 18 февраля 2022 г..

Рацион: дети из МНС, 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 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

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 18 февраля 2022 г..

Рацион: дети из ММС 5-11 классы

День: пятница

Неделя: 3

Возрастная категория:

12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Ккал	На рецептуры	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак								
полдник	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



СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А. Я.

Меню на 21 февраля 2022 г.

Рацион: дети из ММС, 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 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

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 21 февраля 2022 г.

Рацион дети из ММС 5-11 классов

День: понедельник

Возрастная категория

Неделя: 4

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	
	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	200/10/7			10	42	94,02	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
	Повидло	15			10	38	504	
Итого за завтрак (полдник)		557	25	18	116	643		67,21

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резапов А. Я.

Меню на 22 февраля 2022 г.

День:

вторник

Рацион: дети из ММС, 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 "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

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 22 февраля 2022 г

Рацион: дети из ММС 6-11 классы

День: вторник

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 "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

Директор МБОУ СОШ

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 24 февраля 2022г.

День: четверг

Рацион: дети из ММС, 1-4 классы

Неделя: 4

Возраст: категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептуры	Стоимость
			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	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
Итого за завтрак (полдник)		505	21	21	79	536		59,76

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 24 февраля 2022 г.

Рацион: дети из ММС 5-11 классы

День: четверг

Неделя: 4

Возрастная категория:

12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
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

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А. Я.

Меню на 25 февраля 2022 г.

Рацион: дети из ММС, 1-4 классы

День: пятница

Неделя: 4

Возраст. 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			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

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ _____

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 25 февраля 2022 г.

Рацион: дети из ММС 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 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		67,21

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 28 февраля 2022 г

День: понедельник

Рацион: дети из ММС, 1-4 классы

Неделя: 5

Возраст. 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	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	
	Масло сливочное	8		7		60	492	
Итого за завтрак (полдник)		509	20	23	94	572		59,76

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 28 февраля 2022 г

Рацион: дети из ММС 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	
	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	200/10/7			10	42	94,02	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
	Масло сливочное	10		7		66	492	
Итого за завтрак (полдник)		552	21	23	101	620	1368,1	67,21