

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

Меню на 3 октября 2022 г.

Рацион: лог. из ММС, 1-4 классы, ПМ

День: Понедельник

Состоит из: Супрастная каша с яичками 7-11 лет

Неделя:

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Недельный калорийный баланс						
			Б	Ж	У	П	Ч	Р	С
завтрак поддник	Макаронные изделия с тертым сыром	150/8	8	6	37	236	77,06		
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	94,02		
	Сок фруктовый	100	1		13	46	496		
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03		
Итого за завтрак (поддник)		515	13	6	100	442			59,76

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

Меню на 4 октября 2022 г.

Рацион: лог. из ММС, 1-4 классы, ПМ

День: Вторник

Состоит из: Супрастная каша с яичками 7-11 лет

Неделя:

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Недельный калорийный баланс						
			Б	Ж	У	П	Ч	Р	С
завтрак поддник	Плов из куриного филе	180	13	23	36	383	64,14		
	Напиток из свежих мороженых ягод	200/10	1		21	89	102,03		
	Йогурт	100	5	3	4	68	104,01		
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03		
Итого за завтрак (поддник)		540	23	26	101	658			59,76

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ № 1

Район: дети из ММС

5-11 классы

Намысова Альбина Римовна

Меню на 3 октября 2022 г.

День: понедельник

Неделя: 2

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резялов А. Я.



Прием пищи	Намысова Альбина Римовна	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	№ рецептурь	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак поздник	Макаронные изделия с тертым сыром	180/10	9	7	44	283	77,04	
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	94,02	
	Сок фруктовый	100	1		13	46	496	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
Итого за завтрак (поздник)		547	14	7	107	489		67,21

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ № 1

Район: дети из ММС

5-11 классы

Намысова Альбина Римовна

Меню на 4 октября 2022 г.

День: вторник

Неделя: 2

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резялов А. Я.



Прием пищи	Намысова Альбина Римовна	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	№ рецептурь	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак поздник	Плов из куриного филе	200	14	25	40	420	64,17	
	Напиток из свежих мороженых ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	Йогурт	100	5	3	4	68	104,01	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
Итого за завтрак (поздник)		560	24	28	105	695		67,21



СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ

Меню на 5 октября 2022 г.

Ранние дети из ММС, 1-4 классы, РН

Неделя: 2 Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			№ рецептур	столность
			Б	Ж	У		
завтрак							
поздник	Салат Морковка школьный	60	1	5	4	61	72,02
	Овощное рагу мясом	180	15	18	16	265	133,1
	Чай витаминный	200/5			11	39	102,04
	Печенье сдобное	10	1	2	7	45	47,1
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03
	Итого за завтрак (поздник)	505	21	25	78	528	59,76

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.



Сезон: осень

Меню на 5 октября 2022 г.

День: среда

Ранние дети из ММС

Неделя: 2 Возрастная категория: 12 и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			№ рецептур	столность
			Б	Ж	У		
завтрак							
поздник	Салат Морковка школьный	60	1	5	4	61	72,02
	Овощное рагу мясом	200	16	20	16	291	133,04
	Чай витаминный	200/5			11	39	102,04
	Печенье сдобное	30	2	5	21	135	132,01
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03
	Итого за завтрак (поздник)	545	23	30	92	644	67,21

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

Меню на 6 октября 2022 г.

Ранние дети из ММС, 1-4 классы, РН

Неделя: 2 Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			№ рецептур	столность
			Б	Ж	У		
завтрак							
поздник	Салат из белокочанной капусты	60	1	3	7	63	5,01
	Каша рисовая рассыпчатая	150/4	4	4	39	210	67,01
	Рыба,(филе) тушенная в томате с овощами	30/40	12	4	2	89	434,04
	Напиток витаминизированный Витошка	200					468
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03
	Итого за завтрак (поздник)	534	21	11	88	480	59,76

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.



Сезон: осень

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

Меню на 6 октября 2022 г.

День: четверг

Ранние дети из ММС

Неделя: 2 Возрастная категория: 12 и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			№ рецептур	столность
			Б	Ж	У		
завтрак							
поздник	Салат из белокочанной капусты	60	1	3	7	63	5,01
	Каша рисовая рассыпчатая	180/5	5	5	40	228	67,02
	Рыба,(филе) тушенная в томате с овощами	30/40	12	4	2	89	434,04
	Напиток витаминизированный Витошка	200					468
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03
	Итого за завтрак (поздник)	565	22	12	89	498	67,21

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ №1

Районный центр из ММС, 1-4 классы, РП

Меню на 7 октября 2022 г.

День: пятница

Неделя: 2

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			рецептура	стоимость
			Б	Ж	У		
завтрак							
полдник	Каша пшеничная молочная жидкая	150/4	6	7	27	191	73
	Чай с сахаром	200			10	40	92,02
	Бутерброд с маслом и сгущенным молоком	50/10/1 5	5	10	48	224	1,04
		140	1	1	14	66	101,02
	Итого за завтрак (полдник)	569	12	18	99	521	59,76

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ №1

Районный центр из ММС, 1-4 классы, РП

Меню на 10 октября 2022 г.

День: пятница

Неделя: 2

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			рецептура	стоимость
			Б	Ж	У		
завтрак							
полдник	Отуры соленые	20			1	4	494
	Макаронные изделия отварные	150/4	6	4	37	204	77,01
	Котлеты из мяса птицы	60	6	10	6	113	486,01
	Соус томатный	30		1	2	22	91,04
	Чай витаминный	200/5			11	39	102,04
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03
	Итого за завтрак (полдник)	519	16	15	97	500	59,76

СОГЛАСОВАНО.

Директор МБОУ СОШ

Район: дети из ММС

5-11 классы



меню на 7 октября 2022 г.

День: пятница

Неделя: 2

Возрастная категория: 12 лет старше

Приим пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энер ге тиче ски е	№ рецептур ы	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак поздник	Каша пшеничная молочная жидкая	150/4	6	7	27	191	73	
	Чай с сахаром	200			9	25	92,04	
	Бутерброд с маслом и сущеным молоком	50/10/ 15	5	10	48	224	1,04	
	Фрукты	140	1	1	14	66	101,02	
Итого за завтрак (поздник)		569	12	18	98	523		67,21



УТВЕРЖДАЮ

Директор Резянов А.Я.

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

Район: дети из ММС

5-11 классы

меню на 10 октября 2022 г.

День: понедельник



УТВЕРЖДАЮ

Директор Резянов А.Я.

Приим пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энер ге тиче ски е	№ рецептур ы	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак поздник	Огурцы соленые	20			1	4	494	
	Макаронные изделия отварные	180/5	7	4	44	246	77,02	
	Котлеты из мяса птицы	60	6	10	6	113	486,01	
	Соус томатный	30		1	2	22	91,04	
	Чай витаминный	200/5			11	39	102,04	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
	Итого за завтрак (поздник)	550	17	15	104	542		67,21

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

Своздвижение

МР. Рухарев

Меню на 12 октября 2022 г.

Рацион: дети из ММС, 1-4 классы, РП

День: среда

Сезон: осень

Прием пищи: обед

Неделя: 3 Возрастная категория: 7-11 лет

Пищевые вещества (г)

Выход блюда Б Ж У

Энергетическая ценность ккал

рецептурная ккал

стоимость

руб

<

СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ СОШ № 1 с. Ворычиха

Меню на 12 октября 2022 г.

Рацион: дети из ММС

День: среда

5-11 классы

Возрастная категория: 12 лет и старше

УТВЕРЖДАЮ:

Директор Резапов А.Я.

ИИН 02020258077

Сезон: осень

Румбова Е.А.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Нср ге-тичес кла	№ рецептур ы	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак поздник	Салат из свеклы с растительным маслом	60	1	5	5	68	19,03	
	Каша рисовая рассыпчатая	150/4	4	4	39	210	67,01	
	Куры отварные (бедра)	70	19	20		252	521	
	Соус томатный	30		1	2	22	91,04	
	Напиток из свежих мороженых ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
Итого за завтрак (поздник)		565	29	30	107	759		67,21

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ № 1 с. Ворычиха

Меню на 13 октября 2022 г.

Рацион: дети из ММС

День: четверг

5-11 классы

Возрастная категория: 12 лет и старше

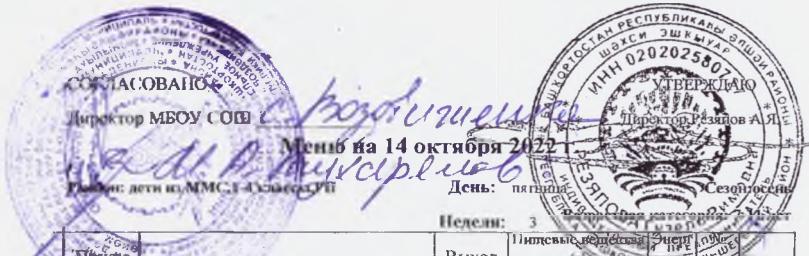
УТВЕРЖДАЮ:

Директор Резапов А.Д.

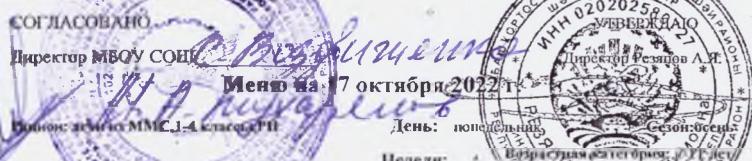
ИИН 02924258077

Сезон: осень

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Нср ге-тичес кла	№ рецептур ы	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак поздник	Салат "Здоровье"	60	1	3	5	52	34,09	
	Картофельное пюре	180/5	4	5	26	168	107,02	
	Рыба,(филе) тушенная в томате с овощами	30/40	12	4	2	89	434,04	
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	94,02	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
	Итого за завтрак (поздник)	572	21	12	83	469		67,21



Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества				Вес блюда	Стоимость
			Б	Ж	У	ЧПЧЕС		
завтрак	Каша молочная "Дружба"	150/4	5	6	25	177	74	
	Чай с сахаром	200			9	25	92,04	
	Бутерброд с маслом и сгущенным молоком	50/10/15	5	10	48	241	1,04	
	Фрукты	140	1	1	14	66	101,02	
Итого за завтрак (подавник)		569	11	17	96	509		59,76



Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества				Вес блюда	Стоимость
			Б	Ж	У	ЧПЧЕС		
завтрак	Макаронные изделия с тертым сыром	150/8	8	6	37	236	77,06	
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	94,02	
	Сок фруктовый	100	1		13	46	496	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
Итого за завтрак (подавник)		515	13	6	100	442		59,76

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

с. Козябино

Меню на 14 октября 2022 г.

День пятница

УТВЕРЖДАЮ

Winfred-Peterson

возрастная категория: 12 лет старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептурь	стокомость
			Б	Ж	У			
завтрак полдник	Каша молочная "Дружба"	150/4	5	6	25	177	74	
	Чай с сахаром	200			9	25	92,04	
	Бутерброд с маслом и сгущенным молоком	50/10/ 15	5	10	48	241	1,04	
	Фрукты	140	1	1	14	66	101,02	
Итого за завтрак (поздник)		569	11	17	96	509		67,21

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

P. Borsig [Signature]

Матю на 17 октября 2022 г.

absent

УТВЕРЖДАЮ

Документ: Показатели

Leptothrix *longicauda* *longicauda*

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

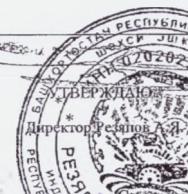
М. Рязанова
Меню на 18 октября 2022 г.

Рацион: дети из ММС, 1-4 классы (П)

День: вторник

Неделя: 4 Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептурь	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак								
	Плов из куриного филе	180	13	23	36	383	64,14	
	Напиток из свежих мороженых ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	Йогурт	100	5	3	4	68	104,01	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
	Итого за завтрак (полдник)	540	23	26	101	658		59,76



СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

М. Рязанова
Меню на 18 октября 2022 г.

Рацион: дети из ММС

День: вторник

Неделя: 4 Возрастная категория: 12 л и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептурь	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак								
	Плов из куриного филе	200	14	25	40	420	64,17	
	Напиток из свежих мороженых ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	Йогурт	100	5	3	4	68	104,01	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
	Итого за завтрак (полдник)	560	24	28	105	695		67,21



СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

М. Рязанова
Меню на 19 октября 2022 г.

Рацион: дети из ММС, 1-4 классы (П)

День: среда

Неделя: 4 Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептурь	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак полдник								
	Салат Морковка школьный	60	1	5	4	61	72,02	
	Овощное рагу мясом	180	15	18	16	265	133,1	
	Чай витаминный	200/5			11	39	102,04	
	Печенье сдобное	10	1	2	7	45	47,1	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
	Итого за завтрак (поздник) (поздник)	505	21	25	78	528		59,76



УТВЕРЖДАЮ

Директор Рязанов А. Я.



СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

М. Рязанова
Меню на 19 октября 2022 г.

Рацион: дети из ММС

День: среда

Неделя: 4 Возрастная категория: 12 л и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептурь	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак полдник								
	Салат Морковка школьный	60	1	5	4	61	72,02	
	Овощное рагу мясом	200	16	20	16	291	133,04	
	Чай витаминный	200/5			11	39	102,04	
	Печенье сдобное	30	2	5	21	135	132,01	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
	Итого за завтрак (поздник)	545	23	30	92	644		67,21



СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

Рацион: дети из ММС

5-11 классы

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резник А.Я.

Сезонность

Меню на 20 октября 2022 г.

День: четверг

Педеля: 4 Возрастная категория: 12-17 лет старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептур	Логотип	Стоимость
			Б	Ж	У				
завтрак									
поздник	Салат из белокочанной капусты	60	1	3	7	63	5,01		
	Каша рисовая рассыпчатая	180/5	5	5	40	228	67,02		
	Рыба,(филе) тушенная в томате с овощами	30/40	12	4	2	89	434,04		
	Напиток витаминизированный	200					468		
	Выпечка								
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03		
	Итого за завтрак (поздник)	565	22	12	89	498		67,21	

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

Рацион: дети из ММС, 1-4 классы, 40%

5-11 классы

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резник А.Я.

Сезонность

Меню на 21 октября 2022 г.

Педеля: 4 Возрастная категория: 12-17 лет старше

Прием пиши	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептур	Логотип	Стоимость
			Б	Ж	У				
завтрак									
поздник	Каша пшеничная молочная жидкая	150/4	6	7	27	191	73		
	Чай с сахаром	200			9	25	92,04		
	Бутерброд с маслом и со сгущенным молоком	50/10 /15	5	10	48	224	1,04		
	Фрукты	140	1	1	14	66	101,02		
	Итого за завтрак (поздник)	569	12	18	98	523		67,21	



СОГЛАСОВАЮ

Директор МБОУ СОШ

Меню на 24 октября 2022 г.
Рацион: дети из ММС, 1-4 классы ГРП
День: понедельник
Сезон: осень

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)					Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептурь	стоимость
			Б	Ж	У	реческий	штурм			
завтрак поздник	Огурцы соленые	20			1	4	494			
	Макаронные изделия отварные	150/4	6	4	37	204	77,01			
	Котлеты из мяса птицы	60	6	10	6	113	486,01			
	Соус томатный	30		1	2	22	91,04			
	Чай витаминный	200/5			11	39	102,04			
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03			
Итого за завтрак (поздник)		519	16	15	97	500		59,76		



УТВЕРЖДАЮ

Директор Резянов А.Я.

Меню на 24 октября 2022 г.
Рацион: дети из ММС, 1-4 классы ГРП
День: понедельник
Сезон: осень

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)					Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептурь	стоимость
			Б	Ж	У	реческий	штурм			
завтрак поздник	Огурцы соленые	20			1	4	494			
	Макаронные изделия отварные	180/5	7	4	44	246	77,02			
	Котлеты из мяса птицы	60	6	10	6	113	486,01			
	Соус томатный	30		1	2	22	91,04			
	Чай витаминный	200/5			11	39	102,04			
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03			
Итого за завтрак (поздник)		550	17	15	104	542			67,21	



УТВЕРЖДАЮ

Директор Резянов А.Я.

Меню на 24 октября 2022 г.
Рацион: дети из ММС, 1-4 классы ГРП
День: понедельник
Сезон: осень

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)					Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептурь	стоимость
			Б	Ж	У	реческий	штурм			
завтрак поздник	Огурцы соленые	20			1	4	494			
	Макаронные изделия отварные	180/5	7	4	44	246	77,02			
	Котлеты из мяса птицы	60	6	10	6	113	486,01			
	Соус томатный	30		1	2	22	91,04			
	Чай витаминный	200/5			11	39	102,04			
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03			
Итого за завтрак (поздник)		550	17	15	104	542			67,21	



СОГЛАСОВАЮ

Директор МБОУ СОШ

Меню на 25 октября 2022 г.
Рацион: дети из ММС, 1-4 классы ГРП
День: вторник
Сезон: осень

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)					Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептурь	стоимость
			Б	Ж	У	реческий	штурм			
завтрак поздник	Салат Морковча школьный	40	1	3	3	41	72,02			
	Каша гречневая рассыпчатая	150/4	8	5	35	224	65			
	Гуляш из говядины	20/50	7	9	4	123	47,2			
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	94,02			
	Печенье сдобное	10	1	2	7	45	47,1			
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03			
Итого за завтрак (поздник)		531	21	19	99	593		59,76		



СОГЛАСОВАЮ

Директор МБОУ СОШ

Меню на 25 октября 2022 г.
Рацион: дети из ММС, 1-4 классы ГРП
День: вторник
Сезон: осень

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)					Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептурь	стоимость
			Б	Ж	У	реческий	штурм			
завтрак поздник	Салат Морковча школьный	60	1	5	4	61	72,02			
	Каша гречневая рассыпчатая	150/4	8	5	35	224	65			
	Гуляш из говядины	20/50	7	9	4	123	47,22			
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	94,02			
	Печенье сдобное	10	2	5	21	135	132,01			
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03			
Итого за завтрак (поздник)		551	22	24	114	703		67,21		



УТВЕРЖДАЮ

Директор Резянов А.Я.

Меню на 25 октября 2022 г.
Рацион: дети из ММС, 1-4 классы ГРП
День: вторник
Сезон: осень

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ №

Район: дети из ММС, 1-4 классы, РП

Меню на 26 октября 2022 г.

День: среда

Неделя: 5 Возрастная категория: 11 лет

Присм пции	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			с- тичес- кая	реце- птур ы	стоимост ь
			Б	Ж	У			
завтрак								
поддник	Салат из свеклы с растительным маслом	40	1	3	3	45	19,04	
	Каша рисовая рассыпчатая	150/4	4	4	39	210	67,01	
	Куры отварные (бедра)	70	19	20		252	521	
	Соус томатный	30		1	2	22	91,04	
	Напиток из свежих мороженых ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
	Итого за завтрак (поддник)	554	29	28	105	736	59,76	

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ №

Район: дети из ММС, 1-4 классы, РП

Меню на 27 октября 2022 г.

День: среда

Неделя: 6 Возрастная категория: 11 лет

Присм пции	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			с- тичес- кая	реце- птур ы	стоимост ь
			Б	Ж	У			
завтрак								
поддник	Салат "Здоровье"	60	1	3	5	52	34,09	
	Картофельное поре	150/4	3	5	22	140	107,01	
	Рыба,(филе) тушенная в томате с овощами	30/40	12	4	2	89	434,04	
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	94,02	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
	Итого за завтрак (поддник)	551	20	12	79	441	59,76	

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ № 1

Меню на 26 октября 2022 г.

Рацион: дети из ММС

5-11 классы

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резянов А. Я.

Сезонное меню



Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			№ рецептур	стоимость
			Б	Ж	У		
завтрак							
поздник	Салат из свеклы с растительным маслом	60	1	5	5	68	19,03
	Каша рисовая рассыпчатая	150/4	4	4	39	210	67,01
	Куры отварные (бедра)	70	19	20		252	521
	Соус томатный	30		1	2	22	91,04
	Напиток из свежих мороженых ягод	200/10	1		21	89	102,03
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03
Итого за завтрак (поздник)		565	29	30	107	759	67,21

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ № 1

Директор Резянов А. Я.

Рацион: дети из ММС

5-11 классы

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			№ рецептур	стоимость
			Б	Ж	У		
завтрак							
поздник	Салат "Здоровье"	60	1	3	5	52	34,09
	Картофельное пюре	180/5	4	5	26	168	107,02
	Рыба, (филе) тушенная в томате с овощами	30/40	12	4	2	89	434,04
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	94,02
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03
Итого за завтрак (поздник)		572	21	12	83	469	67,21

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

Меню на 28 октября 2022 г.

Факция: дети из ММС

День: пятница

5-11 классы

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резитов А.Я.



Секретарь

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептур	стоимость
			б	ж	у			
завтрак	Капка молочная "Дружба"	150/4	5	6	25	177	74	
полдник	Чай с сахаром	200			9	25	92,04	
	Бутерброд с маслом и со сгущенным молоком	50/10/15	5	10	48	224	1,04	
	Фрукты	140	1	1	14	66	101,02	
Итого за завтрак (полдник)		569	11	17	96	509		67,21