

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ
УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.Я.
Меню на 1 февраля 2022 г.
Рацион: дети из ММС 1-4 классы
День: вторник
Неделя: 1

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ
УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.Я.
Меню на 1 февраля 2022 г.
Рацион: дети из ММС 5-11 классы
День: вторник
Неделя: 1

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ
УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.Я.
Меню на 1 февраля 2022 г.
Рацион: дети из ММС 5-11 классы
День: вторник
Неделя: 1

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ
УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.Я.
Меню на 1 февраля 2022 г.
Рацион: дети из ММС 5-11 классы
День: вторник
Неделя: 1

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)				Кал	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

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)				Кал	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Каша гречневая рассыпчатая	180/5	11	6	49	287	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	126,94	786,1		67,21



СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ _____

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ СОШ _____

Меню на 2 февраля 2022 г.

День: среда

Рацион: дети из ММС, 1-4 классы

Неделя: 1

Возрастная категория: 11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)				Кал		№ рецептуры	стоимость
			Б	Ж	У		Кал	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 МБОУ СОШ _____

Меню на 2 февраля 2022 г.

День: среда

Рацион: дети из ММС, 5-11 классы

Неделя: 1

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)				Кал		№ рецептуры	стоимость
			Б	Ж	У		Кал	У		
завтрак полдник	Салат "Школьный"	80	1	7	5	86	25,01			
	Плов из куриного филе	220	16,5	28,6	44	485,3	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 МБОУ СОШ _____
Меню на 3 февраля 2022 г..
День: четверг
Неделя: 1
Рацион: дети из ММС, 1-4 классы
Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Кал	№ рецептуры	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	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 МБОУ СОШ _____
Меню на 3 февраля 2022 г..
День: четверг
Неделя: 1
Рацион: дети из ММС 5-11 классы
Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Кал	№ рецептуры	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	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 МБОУ СОШ



СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ



УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ СОШ

Меню на 4 февраля 2022 г.

День: пятница

Рацион: дети из ММС 5-11 классы

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			№ рецептуры	стоимость
			Б	Ж	У		
завтрак	Каша рисовая молочная жидкая	180/4,5	5	8	26	194	72,01
полдник	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

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			№ рецептуры	стоимость
			Б	Ж	У		
завтрак	Каша рисовая молочная жидкая	150/4	4	6	22	161	71
полдник	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 Рязанов А.Я.



СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ
Директор Рязанов А.Я.



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)			Кал	На 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 мороженных 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

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)			Кал	На 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 мороженных 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 Рязанов А.Я.

Меню на 7 февраля 2022 г.

День: понедельник

Рацион: дети из ММС, 1-4 классы

Неделя: 2

Возрастная категория: 2-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У		
завтрак	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	126,03
	Помидро	10			7	25	
Итого за завтрак (понедник)		511	22	17	99	557	59,76

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ
Директор Рязанов А.Я.

Меню на 7 февраля 2022 г.

День: понедельник

Рацион: дети из ММС, 5-11 классы

Неделя: 2

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			№ 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	200/107			10	42	94,02
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	126,03
	Помидро	15			10	38	504
Итого за завтрак (понедник)		557	25	18	116	643	67,21

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ
Директор Рязанов А.Я.

Меню на 9 февраля 2022 г.

Рацион: дети из ММС, 1-4 классы

День: среда

Неделя: 2

Возрастная категория: 12 лет и старше

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ
Директор Рязанов 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

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ
Директор Рязанов А.Я.

Меню на 9 февраля 2022 г.

Рацион: дети из ММС 5-11 классы

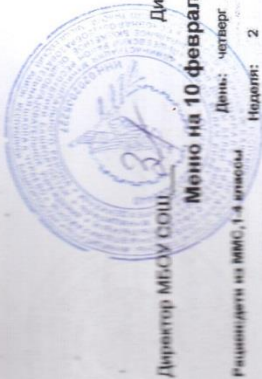
День: среда

Неделя: 2

Возрастная категория: 12 лет и старше

Приним лиц	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Кал	№ рецепт туры	Стоимо сть
			Б	Ж	У			
завтрак	Салат из свеклы с растительным маслом	60	0,83	5,05	4,84	68,05	19,02	
полдник	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	482	
Итого за завтрак (полдник)		542	8,45	21,11	85,34	499,24		59,76

Приним лиц	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Кал	№ рецепт туры	Стоимо сть
			Б	Ж	У			
завтрак	Салат из свеклы с растительным маслом	60	0,83	5,05	4,84	68,05	19,02	
полдник	Картофельное пюре	180/5	3,9	5,19	26,4	168,34	107,02	
	Гуляш из говядины	20/50	0,82	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	482	
Итого за завтрак (полдник)		575	9,35	21,3	89,74	533,58		67,21



Директор МБОУ СОШ

Меню на 10 февраля 2022 г.

Рацион: дети из МКО, 1-4 классы

День: четверг

Неделя: 2

Возраст: категория: 7-11 лет

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



Директор МБОУ СОШ

Меню на 10 февраля 2022 г.

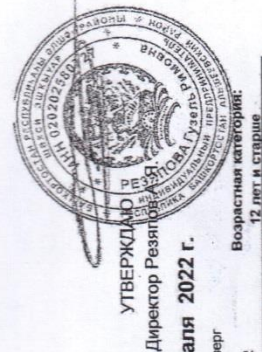
Рацион: дети из МКО, 5-11 классы

День: четверг

Неделя: 2

Возраст: категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Кал	№ 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



Директор Рязанской области

Меню на 10 февраля 2022 г.

Рацион: дети из МКО, 5-11 классы

День: четверг

Неделя: 2

Возраст: категория: 12 лет и старше



СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ

2

Меню на 11 февраля 2022 г.

День: пятница

Рацион: дети из ММС, 1-4 классы



СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ

2

Меню на 11 февраля 2022 г.

День: пятница

Рацион: дети из ММС, категория: 7-11 лет

Прим пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Кал	№ рецеп туры	стоимо сть
			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

2

Меню на 11 февраля 2022 г.

День: пятница

Рацион: дети из ММС, 5-11 классы

Прим пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Кал	№ рецеп туры	стоимо сть
			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 Резинов А.И.

Меню на 14 февраля 2022 г

Рацион: дети из МКО, 1-4 классы

Неделя: 3

Возраст: категория: 7-11 лет

День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Кал	№ рецептур	Стоимость
			Б	Ж	У			
Завтрак	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 Резинов А.И.

Меню на 14 февраля 2022 г

Рацион: дети из МКО, 5-11 классы

Неделя: 3

Возраст: категория: 12 лет и старше

День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Кал	№ рецептур	Стоимость
			Б	Ж	У			
Завтрак	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		67,21



СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ



СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ



УТВЕРЖДАЮ

Директор Рязанов А.Я.

Меню на 15 февраля 2022 г.

Меню на 15 февраля 2022 г.

Рацион: дети из ММС, 1-4 классы

Рацион: дети из ММС 5-11 классы

День: вторник

День: вторник

Неделя: 3

Неделя: 1

Возрастная категория: 7-11 лет

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	85	
	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

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	85,02	
	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	766,1		67,21



СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ

Меню на 16 февраля 2022 г.

День: среда

Рацион: дети из ММС, 1-4 классы

Неделя: 3

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Кал	№ рецептуры	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Салат "Школьный"	60	1	5	4	65	25	
полдник	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

Меню на 16 февраля 2022 г.

День: среда

Рацион: дети из ММС, 5-11 классы

Неделя: 3

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Кал	№ рецептуры	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Салат "Школьный"	80	1	7	5	86	25,01	
полдник	Плов из куриного филе	220	16,5	28,6	44	485,3	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 17 февраля 2022 г.



Рацион: дети из ММС 1-4 классы
 Возраст: 7-11 лет
 День: четверг
 Неделя: 3

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Кал	№ рецептур	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
 Возраст: 12 лет и старше
 День: четверг
 Неделя: 3

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Кал	№ рецептур	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.



УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.Я.

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ



УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.Я.



Меню на 18 февраля 2022 г..

День: пятница

Рацион: дети из ММС, 1-4 классы

Неделя: 3

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)				Кал	№ рецептуры	стоимость
			Б	Ж	У	г			
завтрак	Каша рисовая молочная жидкая	150/4	4	6	22	161	71		
полдник	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

Рацион: дети из ММС 5-11 классы

Неделя: 3

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)				Кал	№ рецептуры	стоимость
			Б	Ж	У	г			
завтрак	Каша рисовая молочная жидкая	180/4,5	5	8	26	194	72,01		
полдник	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 МБОУ СОШ

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)			Кал	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	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	
	Пшеница	10			7	25		
Итого за завтрак (полдник)		511	22	17	99	557		59,76

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ СОШ

Меню на 21 февраля 2022 г.

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)			Кал	№ 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	
	Пшеница	15			10	38	504	
Итого за завтрак (полдник)		557	25	18	116	643		67,21



СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ



УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.



СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ



УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 22 февраля 2022 г.

Меню на 22 февраля 2022 г.

День: вторник

День: вторник

Рацион: дети из ММС, 1-4 классы

Рацион: дети из ММС 5-11 классы

Неделя: 4 Возрастная категория: 7-11 лет

Неделя: 4 Возрастная категория: 12 лет и старше

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

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)				Кал	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У				
завтрак	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			87,21

СОГЛАСОВАНО
 Директор МБОУ СОШ
 УТВЕРЖДАЮ
 Директор Резяпов А.Я.
 Меню на 24 февраля 2022 г.
 День: четверг
 Неделя: 4
 Возрастная категория: 1-4 классы
 Рацион: дети из ММС, 1-4 классы

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.
 День: четверг
 Неделя: 4
 Возрастная категория: 12 лет и старше
 Рацион: дети из ММС 5-11 классы

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 Рязанов А.Я.

Меню на 25 февраля 2022 г.

День: пятница

Рацион: дети из ММС, 1-4 классы

Неделя: 4

Возраст. категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Кал	№ рецептуры	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Каша молочная "Дружба"	150/4	5	6	25	177	74	
полдник	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	418		59,76



СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ

Директор Рязанов А.Я.

Меню на 25 февраля 2022 г.

День: пятница

Рацион: дети из ММС, 5-11 классы

Неделя: 4

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Кал	№ рецептуры	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Каша молочная "Дружба"	180/5	6	7	30	210	74.02	
полдник	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, 3-4 классы
Возраст: категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Кал	№ рецептур
			Б	Ж	У		
завтрак полдник	Макароны из твердых сортов пшеницы	150/4	6	4	37	204	77,01
	Котлеты из мяса птицы	60	9	10	5	126	488,01
	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	6		7		60	402
Итого за завтрак (полдник)		509	20	23	94	572	59,76

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резянов А.И.

Меню на 28 февраля 2022 г

День: понедельник

Рацион: дети из ММС 5-11 классы
Возраст: категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Кал	№ рецептур
			Б	Ж	У		
завтрак полдник	Макароны из твердых сортов пшеницы	180/5	7	4	44	248	77,02
	Котлеты из мяса птицы	60	9	10	5	126	488,01
	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		60	402
Итого за завтрак (полдник)		552	21	23	101	620	1306,1
							67,21