СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.Я.

Меню на 7 октября 2022 г.

Рацион дети с ОВЗ и дети-инвалиды **День:** пятница **Сезон:осень**

1-4 классы **Неделя** 2 **Возрастная категория:7-11 лет**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак								
полдник	Каша пшенная молочная жидкая	150/4	6	7	27	191	73	
	Чай с сахаром	200			10	40	92,02	
	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**	12	18	99	521		59,76
Итого								
обед	Салат из свеклы с растительным маслом	60	1	5	5	68	19,03	
	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	4	7	17	97	29,06	
	Плов из куриного филе	200	14	25	40	420	64,17	
	Чай витаминный	200/5			11	39	102,04	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
Итого за обед		**715**	23	37	113	742		**61,90**
Итого за день		**1284**	35	55	212	1280		**121,66**

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.Я.

Меню на 7 октября 2022 г.

Рацион: дети ОВЗ и дети-инвалиды **День:** пятница **Сезон:осень**

5-11 классы **Неделя:** 2 **Возрастная категория: 12 л и старше**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак								
полдник	Каша пшенная 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 (полдник)		**569**	12	18	98	523		**67,21**
обед								
	Салат из свеклы с растительным маслом	80	1	7	7	92	18,03	
	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	5	8	22	121	29,1	
	Плов из куриного филе	200	14	25	40	420	64,17	
	Чай витаминный	200/5			11	39	102,04	
	Хлеб пшеничный	70	5	1	56	165	128,01	
Итого за обед		**805**	25	41	136	837		**74,15**
Итого за день		**1374**	37	59	234	1360		**141,36**

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.Я

Меню на 10 октября 2022 г.

Район: дети с ОВЗ и дети-инвалиды **День:** понедельник **Сезон:**осень

1-4 классы **Неделя** 3 Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг-тическая	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак полдник								
	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 (полдник)		**519**	16	15	97	500		**59,76**
обед								
	Салат из белокочанной капусты	60	1	3	7	63	5,01	
	Борщ с капустой и картофелем	200/8	4	8	11	81	27,09	
	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	
	Чай с сахаром	200			9	25	92,04	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
Итого за обед		**742**	25	19	108	586		**61,90**
Итого за день		**1261**	41	34	205	1086		**121,66**

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.Я

Меню на 10 октября 2022 г.

Район: дети с ОВЗ и дети-инвалиды **День:** понедельник **Сезон:**осень

5-9 классы **Неделя:** 3 **Возрастная категория: 12 л и старше**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энер-ге-тическая	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак полдник								
	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 (полдник)		**550**	17	15	104	542		**67,21**
обед								
	Салат из белокочанной капусты	60	1	3	7	63	5,01	
	Борщ с капустой и картофелем	250/10	5	10	14	104	27,1	
	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	
	Чай с сахаром	200			9	25	92,04	
	Хлеб пшеничный	70	5	1	56	165	128,01	
Итого за обед		**814**	27	22	127	656		**74,15**
Итого за день		**1364**	44	37	231	1198		**141,36**

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 12 октября 2022 г.

Рацион: дети с ОВЗ и дети-инвалиды **День:** среда **Сезон:** осень

1-4 классы **Неделя** 3 **Возрастная категория:** 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак								
полдник	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 мороженных ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
Итого за завтрак (полдник)		**554**	29	28	105	736		59,76
обед								
	Салат Витаминный	60	1	3	7	62	113	
	Суп картофельный с крупой пшенной	200	4	7	16	91	31,11	
	Овощное рагу с мясом	180	15	18	16	265	133,1	
	Чай с сахаром	200			9	25	92,04	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
Итого за обед		**690**	24	28	88	561		61,90
Итого за день		**1244**	53	56	193	1297		121,66

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 12 октября 2022 г.

Рациона дети с ОВЗ и дети-инвалиды **День:** среда **Сезон:** осень

5-11 классы **Неделя:** 3 **Возрастная категория:** 12 л и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак								
полдник	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 мороженных ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
Итого за завтрак (полдник)		**565**	29	30	107	759		**67,21**
обед								
	Салат Витаминный	80	1	4	10	83	113,01	
	Суп картофельный с крупой пшенной	250	5	9	20	120	31,18	
	Овощное рагу мясом	200	16	20	16	291	133,04	
	Чай с сахаром	200			10	40	92,02	
	Хлеб пшеничный	70	5	1	56	165	128,01	
Итого за обед		**800**	27	34	112	699		**74,15**
Итого за день		**1365**	56	64	219	1458		**141,36**

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я

Меню на 13 октября 2022 г.

Район: дети с ОВЗ и детьми-инвалиды **День:** четверг **Сезон:осень**

1-4 классы **Неделя** 3 **Возрастная категория: 7-11 лет**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак полдник								
	Салат "Здоровье"	60	1	3	5	52	34,09	
	Картофельное пюре	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 (полдник)		**551**	20	12	79	441		**59,76**
обед								
	Салат из белокочанной капусты	60	1	3	7	63	5,01	
	Щи с капустой и картофелем	200/8	4	8	8	73	10,07	
	Плов из куриного филе	200	14	25	40	420	64,17	
	Печенье сдобное	10	1	2	7	45	47,1	
	Кисель из концентрата	200			10	40		
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
Итого за обед		**728**	24	38	112	759		**61,90**
Итого за день		**1279**	44	50	191	1200		**121,66**

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я

Меню на 13 октября 2022 г.

Район: дети с ОВЗ и детьми-инвалиды **День:** четверг **Сезон:осень**

5-11 классы **Неделя:** 3 **Возрастная категория: 12 л и старше**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак полдник								
	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 (полдник)		**572**	21	12	83	469		**67,21**
обед								
	Салат из белокочанной капусты	60	1	3	7	63	5,01	
	Щи с капустой и картофелем	250/10	5	11	10	88	10,08	
	Плов из куриного филе	200	14	25	40	420	64,17	
	Печенье сдобное	10	1	2	7	45	47,1	
	Кисель из концентрата	200			10	40		
	Хлеб пшеничный	70	5	1	56	165	128,01	
Итого за обед		**791**	26	42	130	821		**74,15**
Итого за день		**1363**	47	54	213	1290		**141,36**

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 14 октября 2022 г.

Рацион детей с ОВЗ и детей-инвалиды **День:** пятница **Сезон:** осень

1-4 классы **Неделя** 3 **Возрастная категория:** 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	№ рецептуры	Стоимость
			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 со сгущенным молоком	50/10/15	5	10	48	241	1,04	
	Фрукты	140	1	1	14	66	101,02	
Итого за завтрак (полдник)		**569**	11	17	96	509		**59,76**
обед								
	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	4	7	17	97	29,06	
	Каша гречневая рассыпчатая	150/4	8	5	35	224	65	
	Азу из говядины	35/50	10	17	3	209	44,08	
	Чай витаминный	200/5			11	39	102,04	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
Итого за обед		**694**	26	29	106	687		**61,90**
Итого за день		**1263**	37	46	202	1196		**121,66**

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 14 октября 2022 г.

Рацион детей с ОВЗ и детей-инвалидов **День:** пятница **Сезон:** осень

5-11 классы **Неделя:** 3 **Возрастная категория:** 12 л и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	№ рецептуры	Стоимость
			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 со сгущенным молоком	50/10/15	5	10	48	241	1,04	
	Фрукты	140	1	1	14	66	101,02	
Итого за завтрак (полдник)		**569**	11	17	96	509		**67,21**
обед								
	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	5	8	22	121	29,1	
	Каша гречневая рассыпчатая	180/5	10	7	45	288	65,02	
	Азу из говядины	35/50	10	17	3	209	44,08	
	Чай витаминный	200/5			11	39	102,04	
	Хлеб пшеничный	70	5	1	56	165	128,01	
Итого за обед		**795**	30	33	137	822		**74,15**
Итого за день		**1364**	41	50	233	1331		**141,36**

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.Я.

Меню на 17 октября 2022 г.

Рацион: дети с ОВЗ и детей-инвалидов **День:** понедельник **Сезон:** осень

1-4 классы **Неделя** 4 **Возрастная категория:** 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг-е-тическая	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак								
полдник	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 (полдник)		**515**	13	6	100	442		**59,76**
обед								
	Салат из белокочанной капусты	60	1	3	7	63	5,01	
	Суп картофельный с бобовыми	200	5	7	18	104	33,1	
	Каша гречневая рассыпчатая	150/4	8	5	35	224	65	
	Куры отварные (бедра)	70	19	20		252	521	
	Соус томатный	30		1	2	22	91,04	
	Чай с сахаром	200			10	40	92,02	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
Итого за обед		**764**	37	36	112	823		**61,90**
Итого за день		**1279**	50	42	212	1265		**121,66**

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.Я.

Меню на 17 октября 2022 г.

Рацион: дети с ОВЗ и детей-инвалидов **День:** понедельник **Сезон:** осень

5-11 классы **Неделя:** 4 **Возрастная категория:** 12 л и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энер-ге-тическая	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак								
полдник	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 (полдник)		**547**	14	7	107	489		**67,21**
обед								
	Салат из белокочанной капусты	60	1	3	7	63	5,01	
	Суп картофельный с бобовыми	250	6	8	23	130	33,13	
	Каша гречневая рассыпчатая	150/4	8	5	35	224	65	
	Куры отварные (бедра)	70	19	20		252	521	
	Соус томатный	30		1	2	22	91,04	
	Чай с сахаром	200			10	40	92,02	
	Хлеб пшеничный	70	5	1	56	165	128,01	
Итого за обед		**834**	39	38	133	896		**74,15**
Итого за день		**1381**	53	45	240	1385		**141,36**

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.Я.

Меню на 18 октября 2022 г.

Район: дети с ОВЗ и дети-инвалиды

День: вторник

Сезон:осень

Неделя 4

Возрастная категория: 7-11 лет

11 классы

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак полдник								
	Плов из куриного филе	180	13	23	36	383	64,14	
	Напиток из свежих мороженных 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**
обед								
	Огурцы соленые	20			1	4	494	
	Борщ с капустой и картофелем	200/8	4	8	11	81	27,09	
	Каша перловая рассыпчатая	150/4	5	3	34	184	66,01	
	Гуляш из говядины	20/50	7	9	4	123	47,22	
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	94,02	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
Итого за обед		**709**	20	20	100	552		**61,90**
Итого за день		**1249**	43	46	201	1210		**121,66**

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.Я.

Меню на 18 октября 2022 г.

Район: дети с ОВЗ и дети-инвалиды

День: вторник

Сезон:осень

Неделя: 4

Возрастная категория: 12 л и старше

11 классы

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак полдник								
	Плов из куриного филе	200	14	25	40	420	64,17	
	Напиток из свежих мороженных 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**
обед								
	Огурцы соленые	40			1	5	516	
	Борщ с капустой и картофелем	250/10	5	10	14	104	27,1	
	Каша перловая рассыпчатая	150/4	5	3	34	184	66,01	
	Гуляш из говядины	20/50	7	9	4	123	47,22	
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	94,02	
	Хлеб пшеничный	70	5	1	56	165	128,01	
Итого за обед		**801**	22	23	119	623		**74,15**
Итого за день		**1361**	46	51	224	1318		**141,36**

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.Я.

Меню на 19 октября 2022 г.

Рацион: дети с ОВЗ и детей-инвалидов **День:** среда **Сезон:осень**

Неделя 4 **Возрастная категория:7-11 лет**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг е-тическая	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак полдник								
	Салат Морковча 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 (полдник)		**505**	21	25	78	528		**59,76**
обед								
	Суп картофельный с крупой пшенной	200	4	7	16	91	31,11	
	Макаронные изделия отварные	180/5	7	4	44	246	77,02	
	Куры отварные	60	17	17		218		
	Соус томатный	30		1	2	22	91,04	
	Кисель из концентрата	200			10	40		
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
Итого за обед		**725**	32	29	112	735		**61,90**
Итого за день		**1230**	53	54	190	1263		**121,66**

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.Я.

Меню на 19 октября 2022 г.

Рацион: дети с ОВЗ и детей-инвалидов **День:** среда **Сезон:осень**

5-11 классы **Неделя:** 4 **Возрастная категория: 12 л и старше**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энер ге-тическая	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак полдник								
	Салат Морковча 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 (полдник)		**545**	23	30	92	644		**67,21**
обед								
	Суп картофельный с крупой пшенной	250	5	9	20	120	31,18	
	Макаронные изделия отварные	180/5	7	4	44	246	77,02	
	Куры отварные	60	17	17		218		
	Соус томатный	30		1	2	22	91,04	
	Кисель из концентрата	200			10	40		
	Хлеб пшеничный	70	5	1	56	165	128,01	
Итого за обед		**795**	34	32	137	831		**74,15**
Итого за день		**1340**	57	62	229	1475		**141,36**

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 21 октября 2022 г.

Рацион: дети с ОВЗ и дети-инвалиды **День:** пятница **Сезон:осень**

1-4 классы **Неделя** 4 **Возрастная категория:7-11 лет**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак								
полдник	Каша пшенная молочная жидкая	150/4	6	7	27	191	73	
	Чай с сахаром	200			10	40	92,02	
	Бутерброд с масломи 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**	12	18	99	521		**59,76**
Итого								
обед	Салат из свеклы с растительным маслом	60	1	5	5	68	19,03	
	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	4	7	17	97	29,06	
	Плов из куриного филе	200	14	25	40	420	64,17	
	Чай витаминный	200/5			11	39	102,04	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
Итого за обед		**715**	23	37	113	742		**61,90**
Итого за день		**1284**	35	55	212	1280		**121,66**

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 21 октября 2022 г.

Рацион: дети с ОВЗ и дети-инвалиды **День:** пятница **Сезон:осень**

5-11 классы **Неделя:** 4 **Возрастная категория: 12 л и старше**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак								
полдник	Каша пшенная 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 (полдник)		**569**	12	18	98	523		**67,21**
обед								
	Салат из свеклы с растительным маслом	80	1	7	7	92	18,03	
	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	5	8	22	121	29,1	
	Плов из куриного филе	200	14	25	40	420	64,17	
	Чай витаминный	200/5			11	39	102,04	
	Хлеб пшеничный	70	5	1	56	165	128,01	
Итого за обед		**805**	25	41	136	837		**74,15**
Итого за день		**1374**	37	59	234	1360		**141,36**

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ _____

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 24 октября 2022 г.

Район: дети с ОВЗ и дети-инвалиды День: понедельник Сезон:осень

1-4 класс Неделя 5 Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг-е-тическая	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак полдник								
	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 (полдник)		**519**	16	15	97	500		59,76
обед								
	Салат из белокочанной капусты	60	1	3	7	63	5,01	
	Борщ с капустой и картофелем	200/8	4	8	11	81	27,09	
	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	
	Чай с сахаром	200			9	25	92,04	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
Итого за обед		**742**	25	19	108	586		61,90
Итого за день		**1261**	41	34	205	1086		121,66

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ _____

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 24 октября 2022 г.

Район: дети с ОВЗ и дети-инвалиды День: понедельник Сезон:осень

5-11 класс Неделя: 5 Возрастная категория: 12 л и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак полдник								
	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 (полдник)		**550**	17	15	104	542		**67,21**
обед								
	Салат из белокочанной капусты	60	1	3	7	63	5,01	
	Борщ с капустой и картофелем	250/10	5	10	14	104	27,1	
	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	
	Чай с сахаром	200			9	25	92,04	
	Хлеб пшеничный	70	5	1	56	165	128,01	
Итого за обед		**814**	27	22	127	656		**74,15**
Итого за день		**1364**	44	37	231	1198		**141,36**

СОГЛАСОВАНО УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ _____ Директор Резяпов А.Я.

Меню на 25 октября 2022 г.

Рацион: дети с ОВЗ и дети-инвалиды **День:** вторник Сезон: осень

1-4 классы **Неделя:** 5 **Возрастная категория:** 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак полдник								
	Салат Морковча школьный	40	1	3	3	41	72	
	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	1	2	7	45	47,1	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
Итого за завтрак (полдник)		**531**	20	17	92	548		**59,76**
обед								
	Суп картофельный с бобовыми	200	5	7	18	104	33,1	
	Картофельное пюре	150/4	3	5	22	140	107,01	
	Куры отварные	60	17	17		218		
	Соус томатный	30		1	2	22	91,04	
	Напиток из свежих мороженных ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
Итого за обед		**704**	30	30	103	691		**61,90**
Итого за день		**1235**	50	47	195	1239		**121,66**

СОГЛАСОВАНО УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ _____ Директор Резяпов А.Я.

Меню на 25 октября 2022 г.

Рацион: дети с ОВЗ и дети-инвалиды **День:** вторник Сезон: осень

5-11 классы **Неделя:** 5 **Возрастная категория:** 12 л и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак полдник								
	Салат Морковча школьный	60	1	5	4	61	72,02	
	Каша гречневая рассыпчатая	150/4	8	5	35	224	65	
	Гуляш из б/к говядины	20/50	7	9	4	123	47,22	
	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 (полдник)		**551**	21	21	100	613		**67,21**
обед								
	Суп картофельный с бобовыми	250	6	8	23	130	33,13	
	Картофельное пюре	180/5	4	5	26	168	107,02	
	Куры отварные	60	17	17		218		
	Соус томатный	30		1	2	22	91,04	
	Напиток из свежих мороженных ягод 200	200/10	1		21	89	102,03	
	Хлеб пшеничный	70	5	1	56	165	128,01	
Итого за обед		**796**	33	32	128	792		**74,15**
Итого за день		**1347**	54	53	228	1405		**141,36**

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ с.Мичеутемково

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 26 октября 2022 г.

Рацион: дети с ОВЗ и дети-инвалиды **День:** среда **Сезон:** осень

Неделя 5 **Возрастная категория: 7-11 лет**

1-4 классы

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг-тическая	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак								
полдник	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 мороженных ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
Итого за завтрак (полдник)		**554**	29	28	105	736		**59,76**
обед								
	Салат Витаминный	60	1	3	7	62	113	
	Суп картофельный с крупой пшенной	200	4	7	16	91	31,11	
	Овощное рагу с мясом	180	15	18	16	265	133,1	
	Чай с сахаром	200			9	25	92,04	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
Итого за обед		**690**	24	28	88	561		**61,90**
Итого за день		**1244**	53	56	193	1297		**121,66**

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ с.Мичеутемково

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 26 октября 2022 г.

Рацион: дети с ОВЗ и дети-инвалиды **День:** среда **Сезон:** осень

Неделя: 5 **Возрастная категория: 12 л и старше**

5-11 классы

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак								
полдник	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 мороженных ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
Итого за завтрак (полдник)		**565**	29	30	107	759		**67,21**
обед								
	Салат Витаминный	80	1	4	10	83	113,01	
	Суп картофельный с крупой пшенной	250	5	9	20	120	31,18	
	Овощное рагу мясом	200	16	20	16	291	133,04	
	Чай с сахаром	200			10	40	92,02	
	Хлеб пшеничный	70	5	1	56	165	128,01	
Итого за обед		**800**	27	34	112	699		**74,15**
Итого за день		**1365**	56	64	219	1458		**141,36**

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.Я.

Меню на 27 октября 2022 г.

Рацион: дети с ОВЗ и дети-инвалиды **День:** четверг **Сезон:**осень

Неделя 1 **Возрастная категория: 7-11 лет**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак								
полдник	Салат "Здоровье"	60	1	3	5	52	34,09	
	Картофельное пюре	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 (полдник)		**551**	20	12	79	441		59,76
обед								
	Салат из белокочанной капусты	60	1	3	7	63	5,01	
	Щи с капустой и картофелем	200/8	4	8	8	73	10,07	
	Плов из куриного филе	200	14	25	40	420	64,17	
	Печенье сдобное	10	1	2	7	45	47,1	
	Кисель из концентрата	200			10	40		
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
Итого за обед		**728**	24	38	112	759		**61,90**
Итого за день		**1279**	44	50	191	1200		121,66

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.Я.

Меню на 27 октября 2022 г.

Рацион: дети с ОВЗ и дети-инвалиды **День:** четверг **Сезон:**осень

5-11 классы **Неделя:** 3 **Возрастная категория: 12 л и старше**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак								
полдник	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 (полдник)		**572**	21	12	83	469		**67,21**
обед								
	Салат из белокочанной капусты	60	1	3	7	63	5,01	
	Щи с капустой и картофелем	250/10	5	11	10	88	10,08	
	Плов из куриного филе	200	14	25	40	420	64,17	
	Печенье сдобное	10	1	2	7	45	47,1	
	Кисель из концентрата	200			10	40		
	Хлеб пшеничный	70	5	1	56	165	128,01	
Итого за обед		**791**	26	42	130	821		**74,15**
Итого за день		**1363**	47	54	213	1290		**141,36**

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 28 октября 2022 г.

Рацион: дети с ОВЗ и дети-инвалиды **День:** пятница **Сезон:осень**

1-4 классы **Неделя** 1 **Возрастная категория: 7-11 лет**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг-тическая	№ рецептуры	Стоимость
			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 со сгущенным молоком	50/10/15	5	10	48	241	1,04	
	Фрукты	140	1	1	14	66	101,02	
Итого за завтрак (полдник)		**569**	11	17	96	509		59,76
обед								
	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	4	7	17	97	29,06	
	Каша гречневая рассыпчатая	150/4	8	5	35	224	65	
	Азу из говядины	35/50	10	17	3	209	44,08	
	Чай витаминный	200/5			11	39	102,04	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
Итого за обед		**694**	26	29	106	687		**61,90**
Итого за день		**1263**	37	46	202	1196	52	121,66

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 28 октября 2022 г.

Рацион: дети с ОВЗ и дети-инвалиды **День:** пятница **Сезон:осень**

5-11 классы **Неделя:** 3 **Возрастная категория: 12 л и старше**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая	№ рецептуры	Стоимость
			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 со сгущенным молоком	50/10/15	5	10	48	241	1,04	
	Фрукты	140	1	1	14	66	101,02	
Итого за завтрак (полдник)		**569**	11	17	96	509		**67,21**
обед								
	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	5	8	22	121	29,1	
	Каша гречневая рассыпчатая	180/5	10	7	45	288	65,02	
	Азу из говядины	35/50	10	17	3	209	44,08	
	Чай витаминный	200/5			11	39	102,04	
	Хлеб пшеничный	70	5	1	56	165	128,01	
Итого за обед		**795**	30	33	137	822		**74,15**
Итого за день		**1364**	41	50	233	1331		**141,36**