

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ № 1

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Н.

Меню на 1 декабря 2021 г.

Рацион: дети из ММО 8-11 классы

День: среда

Неделя: 1

Возрастная категория: 12 лет и старше

Приним лицо	Наименование блюда	Выход блюда	Глициевые вещества (г)			Калл	на рецепт уры	СТОИМО СТЬ
			Б	Ж	У			
завтрак								
полдник	Салат из свеклы с растительным маслом	60	0,83	5,06	4,84	68,05	19,02	
	Картофельное пюре	150/4	3	5	22	140	107,01	
	Гуляш из куриного филе	20/50	6,4	9,9	3,53	113,76	486,01	
	Чай витаминный	200/5			11	39	102,94	
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,45	39,85	117,5	99,01	
	Масло сливочное	10		7		66	492	
Итого за завтрак (полдник)		549	14,03	27,4	81,22	544,31		64,32



СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 2 декабря 2021 г

День: четверг

Рацион: дети из ММС 5-11 классы

Неделя: 1

Возрастная категория
12 лет и старше



Приним лицо	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Кал	№ рецепт уры	стоимо сть
			Б	Ж	У			
завтрак								
	Салат из моркови	60	1	6	7	84	17	
	Плов из куриного филе	180	13	23	36	383	64,07	
	Чай с сахаром	200			10	40	92,04	
	Кисломолочный продукт	100	3	3	4	59	106,07	
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,45	39,85	117,5	99,01	
Итого за завтрак (полдник)		590	20,8	32,45	96,85	683,5		84,32



СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ *г. Кр. Киня* Директор Резяпов А. Я.

Меню на 3 декабря 2021 г



День: пятница

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	На 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	3,8	0,45	39,85	117,5	99,01	
	Повидло	15			10	38		
	Фрукты	120			12	56	101,03	
Итого за завтрак (полдник)		570	9,8	7,45	101,85	461,5		64,32

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ № 40
Александров

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 6 декабря 2021 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)			Ккал	№ рецептур	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак								
полдник	Макаронные изделия отварные	180/5	7	4	44	248	77,02	
	Котлеты из мяса птицы	60	9	10	5	128	486,01	
	Соус томатный	40	1	3	3	29	91,03	
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	94,02	
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,45	39,85	117,5	99,01	
	Масло сливочное	10		7		66	492	
Итого за завтрак (полдник)		552	20,8	24,45	101,85	626,5		64,

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ *д. Кр. Кили* Директор Резяпов А.Я.*Ахметзянов* Меню на 7 декабря 2021 г.

День: вторник

Возрастная категория:

Рацион: дети из ММС 5-11 классы

Неделя: 2

12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептур	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак								
	Салат из моркови	80	1	8	9	112	17,01	
	Жаркое по-Домашнему из говядины	180	13	14	24	277	480,01	
	Напиток из свежих мороженых ягод	200/10	1		21	89	102,00	
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,45	39,85	117,5	99,01	
	Печенье "Детское"	20	0,77	1,43	5,94	35,1	118	
	Повидло	15			10	38	504	
Итого за завтрак(полдник) и обед			565	19,57	23,88	109,79	668,6	64,32

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

Ахмедзянова З.З.

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 8 декабря 2021 г.

День: среда

Неделя: 2

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								
полдник	Салат "Школьный"	80	1	7	5	88	25,01	
	Плов из куриного филе	200	14	26	40	423	64,01	
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	94,02	
	Сыр голландский	15	4	5		56		
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,45	39,85	117,5	99,01	
Итого за завтрак (полдник)		552	22,8	38,45	94,85	724,5		64,32

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ *г. Ар. Килин* Директор Резяпов А.Я.

Меню на 9 декабря 2021 г.

Рашиев: дети из ММС 5-11 классы

Дни: четверг

Неделя: 2

Возрастная категория:

12 лет и старше

Примечание	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Калл	№ рецептур	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак полдник								
	Картофельное пюре	1504	3	5	22	140	107,01	
	Гуляш из говядины	2005	7	9	4	123	47,18	
	Чай витаминный	2005			11	39	102,04	
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,45	39,85	117,5	59,01	
	Кисломолочный продукт	100	3	3	4	59	106,97	
Итого за завтрак (полдник)		579	16,8	17,45	80,85	478,5		64,32

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ с. Кр. Халин Директор Резапов А.Я.

УТВЕРЖДАЮ

Меню на 10 декабря 2021 г.

Рацион: дети из МНС 6-11 классы

Дети: оптика

Неделя: 2

Возрастная категория:
12 лет и старше

Пример периода	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Калл	По рецепт уры	сложно сть
			Б	Ж	У			
завтрак полдник								
	Каша рисовая молочная жидкая	180/4,5	5	5	26	194	72,01	
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	94,02	
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,45	39,85	117,5	99,01	
	Фрукты	120			12	56	101,03	
	Печенье "Детское"	20	0,77	1,43	5,94	35,1	118	
Итого за завтрак (полдник)		681,5	9,57	9,88	93,79	444,6		64,32

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ № 1 г. Калуга Директор Резяпов А.Я.

Александров В.В. Меню на 13 декабря 2021 г.

Рацион: дети из ММС 5-11 классы

День: понедельник

Недели: 3

Возрастная категория:
12 лет и старше

Прием лиц	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	На рецепт уры	стоимо сть
			Б	Ж	У			
завтрак								
полдник	Макаронные изделия отварные	180/5	7	4	44	246	77,02	
	Гуляш из отварной говядины	20/50	10	10	4	144	47,18	
	Напиток из свежих мороженных ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,45	39,85	117,5	99,01	
	Печенье "Детское"	20	0,77	1,43	5,94	35,1	118	
	Повидло	15			10	38	504	
Итого за завтрак (полдник)		550	22,57	15,88	124,79	669,6		64,32р

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ № 1441

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 14 декабря 2021 г.

Рацион: дети из ММС 5-11 классы

День: вторник

Неделя: 3

Возрастная категория: 12 лет и старше

Примечание	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак								
полдник	Салат "Здоровье"	80	1	4	7	70	34,06	
	Каша гречневая рассыпчатая	150г	8	5	35	224	65	
	Мясо тушеное с овощами	50	6	7	2	94	29,05	
	Чай с лимоном и сахаром	200г			10	42	94,02	
	Сыр голландский	15	4	5		56		
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,45	39,85	117,5	99,01	
Итого за завтрак (полдник)		686	22,8	21,45	93,85	603,5		64,32

ОСН. ЛАСОВАНЕ

Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резепов А.Я.

Меню на 15 декабря 2021 г.

День: среда

Возрастная категория

Ребенок: дочь из ММО 8-11 классы

Неделя: 3

12 лет и старше

Группа подачи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Калл	№ рецепт уры	СТОИМО СТЬ
			Б	Ж	У			
завтрак								
полдник	Салат из овощей 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 куриного филе	20/50	6,4	9,9	3,53	113,76	486,01	
	Чай витаминный	200/5			11	39	102,94	
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,45	39,85	117,5	99,01	
	Масло сливочное	10		7		66	492	
Итого за завтрак (полдник)		549	14,03	27,4	81,22	544,31		64,32

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 16 декабря 2021 г

День: четверг

Возрастная категория

12 лет и старше

Рацион: дети из ММС 5-11 классы

Неделя: 3

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептур	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак								
	Салат из моркови	60	1	6	7	84	17	
	Плов из куриного филе	180	13	23	36	383	64,07	
	Чай с сахаром	200			10	40	92,04	
	Кисломолочный продукт	100	3	3	4	59	106,07	
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,45	39,85	117,5	99,01	
Итого за завтрак (полдник)		590	20,8	32,45	96,85	683,5		64,32

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ *д.р. Килин*

Директор Резяпова А.В.

Меню на 17 декабря 2021 г

Распределены на ММС 6-11 классы

День: пятница

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	Каша молочная "Дружба"	180г	6	7	30	210	74,02	
	Чай с сахаром	200			10	40	92,04	
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,45	39,85	117,5	99,01	
	Повидло	15			10	38		
	Фрукты	120			12	56	101,03	
Итого за завтрак (полдник)			670	9,8	7,45	101,85	461,5	64,32

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ *д. Кр. Килин*

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 20 декабря 2021 г.

День: понедельник

Возрастная категория

Рацион: дети из ММС 5-11 классы

Неделя: 4

12 лет и старше

Прием лиц	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецепт уры	стоимо сть
			Б	Ж	У			
завтрак								
полдник	Макаронные изделия отварные	180/5	7	4	44	246	77,02	
	Котлеты из мяса птицы	60	9	10	5	126	486,01	
	Соус томатный	40	1	3	3	29	91,03	
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	94,02	
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,45	39,85	117,5	99,01	
	Масло сливочное	10		7		66	492	
Итого за завтрак (полдник)		552	20,8	24,45	101,85	626,5		64,32

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ *г. Ар. Кален* Директор Резяпов А.Я.

Меню на 21 декабря 2021 г.

День: вторник

Возрастная категория:

Неделя: 4

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								
	Салат из моркови	80	1	8	9	112	17,01	
	Жаркое по-Домашнему из говядины	180	13	14	24	277	480,01	
	Напиток из свежих мороженых ягод	200/10	1		21	80	102,03	
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,45	39,85	117,5	99,01	
	Печенье "Детское"	20	0,77	1,43	5,94	35,1	118	
	Повидло	15			10	38	504	
Итого за завтрак(полдник) и обед		555	19,57	23,88	109,79	668,6		64,32

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ *г. К. Минин*УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.В.

Меню на 22 декабря 2021 г.

Рабочий день из ММС 8-11 классов

День: среда

Неделя: 4

Возрастная категория

12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептуры	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак полдник								
	Салат "Школьный"	80	1	7	5	86	25,01	
	Плов из куриного филе	200	14	26	40	423	64,01	
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	94,02	
	Сыр голландский	15	4	5		56		
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,45	39,85	117,5	99,01	
Итого за завтрак (полдник)		552	22,8	38,45	94,85	724,5		64,32

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ *д. Ар. Кашин* Директор Резяпов А. А.

Меню на 23 декабря 2021 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 полдник								
	Картофельное пюре	150/4	3	5	22	140	107,01	
	Гуляш из говядины	20/50	7	9	4	123	47,18	
	Чай витаминный	200/5			11	39	102,04	
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,45	39,85	117,5	99,01	
	Кисломолочный продукт	100	3	3	4	59	106,07	
Итого за завтрак (полдник)		579	16,8	17,45	80,85	478,5		64,32

УТВЕРЖДАЮ



СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ *А.Х. Ким* Директор Резяпов А.Х.

УТВЕРЖАЮ

Меню на 24 декабря 2021 г.

Рацион: дети из МКС 5-11 классы

День: пятница

Возрастная категория:

Неделя: 4

12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Калл	№ рецептур	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак полдник								
	Каша рисовая молочная жидкая	180/4,5	5	8	26	194	72,01	
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	94,02	
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,45	39,85	117,5	99,01	
	Фрукты	120			12	56	101,03	
	Печенье "Детское"	20	0,77	1,43	5,94	35,1	118	
Итого за завтрак (полдник)		581,5	9,57	9,88	93,79	444,6		64,32

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ *В. Л. Клин* Директор Резяпов А. Я.

Меню на 27 декабря 2021 г.

Рацион: дети из ММС 5-11 классы

День: понедельник

Возрастная категория:

Неделя: 5

12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецепт уры	стоимо сть
			Б	Ж	У			
завтрак								
полдник	Макаронные изделия отварные	180/5	7	4	44	246	77,02	
	Гуляш из отварной говядины	20/50	10	10	4	144	47,18	
	Палатки из свежих мороженных ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,45	39,85	117,5	99,01	
	Печенье "Детское"	20	0,77	1,43	5,94	35,1	118	
	Повидло	15			10	38	504	
Итого за завтрак (полдник)		560	22,57	15,88	124,79	669,6		64,32

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 28 декабря 2021 г.

Рацион: дети из ММС 5-11 классы

День: вторник

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								
	Салат "Здоровье"	80	1	4	7	70	34,08	
	Каша гречневая рассыпчатая	150/4	8	5	35	224	65	
	Мясо тушеное с овощами	50	6	7	2	94	29,05	
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	94,02	
	Сыр голландский	15	4	5		56		
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,45	39,85	117,5	99,01	
Итого за завтрак (полдник)		556	22,8	21,45	93,85	603,5		64,32

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

А.И. Мельников

Рацион: дети из ММС 5-11 классы

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 29 декабря 2021 г.

День: среда

Возрастная категория:

Неделя: 5

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	150/4	3	5	22	140	107,01	
	Котлеты из мяса птицы	60	9	10	5	126	486,01	
	Соус томатный	40	1	3	3	29	91,03	
	Чай витаминный	200/5			11	39	102,94	
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,45	39,85	117,5	99,01	
	Масло сливочное	10		7		66	492	
Итого за завтрак (полдник)		579	17,63	30,5	85,69	585,55		64,32



СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ *г. Кр. Киня* Директор Резяпов А.Я.

Меню на 3 декабря 2021 г



День: пятница

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	На 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	3,8	0,45	39,85	117,5	99,01	
	Повидло	15			10	38		
	Фрукты	120			12	56	101,03	
Итого за завтрак (полдник)		570	9,8	7,45	101,85	461,5		64,32

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ № 2 г. Липки

З.И. Валитжанов З.И.

УТВЕРЖДАЮ

Директор Рязанской области

Меню на 30 декабря 2021 г.

ДОТАЦИЯ

День: четверг

Неделя: 5

Прем лиц	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Кал	№ рецепту ры
			Б	Ж	У		
завтрак							
	Плов из куриного филе	150	14	18	24	320	64
	Чай с сахаром	200			10	40	92,04
	Хлеб пшеничный	40	4		40	118	128
	Итого за завтрак	390	18	18	74	478	