

УТВЕРЖДАЮ
Директор Рязань А.Я.
Меню на 4 апреля 2022 г.

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ
Меню на 4 апреля 2022 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.Я.
Меню на 4 апреля 2022 г.

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ
Меню на 4 апреля 2022 г.

Рацион: дети из ММС
5-11 классы
Неделя: 2
Возрастная категория: 12 лет и старше
День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептур	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Макаронные изделия с тертым сыром	180/10	9	7	44	283	77.04	
полдник	Чай с сахаром	200			10	40	92.03	
	Сок фруктовый	100	1		13	46	496	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128.03	
Итого за завтрак (полдник)		540	14	7	107	487		67,21

Рацион: дети из ММС
1-4 классы
Неделя: 2
Возрастная категория: 7-11 лет
День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептур	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Макаронные изделия с тертым сыром	150/8	8	6	37	236	77.06	
полдник	Чай с сахаром	200			10	40	92.03	
	Сок фруктовый	100	1		13	46	496	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128.03	
Итого за завтрак (полдник)		508	13	6	100	440		59,76

УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.Я.
Меню на 5 апреля 2022 г.

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ
Меню на 5 апреля 2022 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.Я.
Меню на 5 апреля 2022 г.

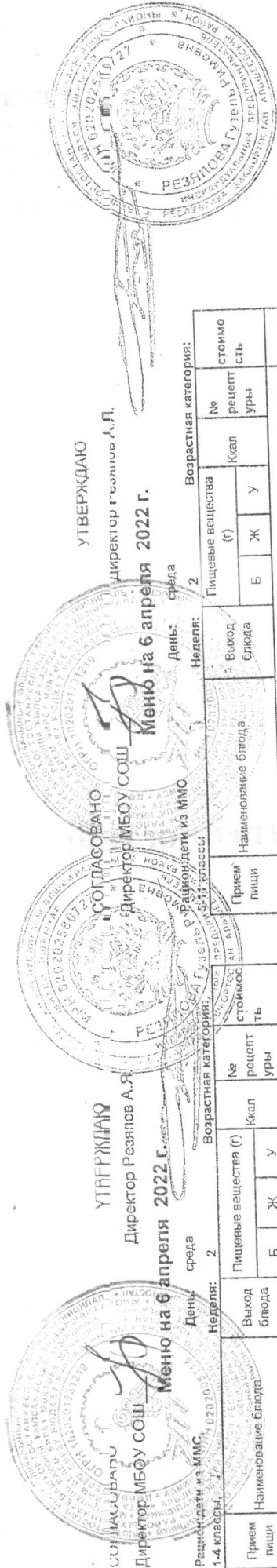
СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ
Меню на 5 апреля 2022 г.

Рацион: дети из ММС
5-11 классы
Неделя: 2
Возрастная категория: 12 лет и старше
День: вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептур	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Огурцы соленные	40			1	5	516	
полдник	Каша гречневая рассыпчатая	180/5	11	6	49	287	65.02	
	Гуляш из говядины с овощами	20/50	7	9	2	115	47.16	
	Чай с сахаром	200			9	25	92.03	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128.03	
Итого за завтрак (полдник)		545.0	22	15	101	560		67,21

Рацион: дети из ММС
1-4 классы
Неделя: 2
Возрастная категория: 7-11 лет
День: вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептур	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Огурцы соленные	30			35	224	60.70	
полдник	Каша гречневая рассыпчатая	150/4	8	5	35	224	65	
	Гуляш из говядины с овощами	20/50	6	9	2	115	47.16	
	Чай с сахаром	200			9	25	92.03	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128.03	
Итого за завтрак (полдник)		504	18	14	121	706		59,76



УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

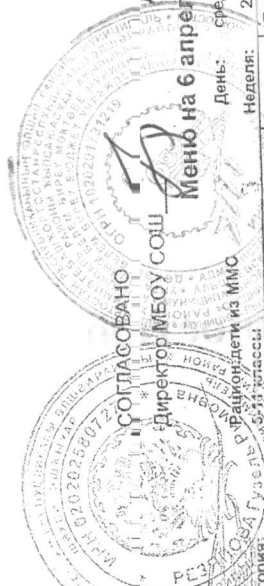
Меню на 6 апреля 2022 г.

День: среда

Неделя: 2

Рацион: дети из ММС, 1-4 классы

Прием пищи	Наименование блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептур	Стоимость
		Б	Ж	У			
завтрак	Плов из куриного филе	180	13	36	383	64.07	
полдник	Чай витаминный	200/5		11	39	102.04	
	Кисломолочный продукт	100	3	4	59	106.07	
	Хлеб пшеничный	50	4	40	118	128.03	
Итого за завтрак(полдник)							59.76



СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

Меню на 6 апреля 2022 г.

День: среда

Неделя: 2

Рацион: дети из ММС

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептур	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Плов из куриного филе	180	13	23	36	383	64.07	
полдник	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)								67.21



УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 6 апреля 2022 г.

День: среда

Неделя: 2

Рацион: дети из ММС

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептур	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Плов из куриного филе	180	13	23	36	383	64.07	
полдник	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)								67.21



УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

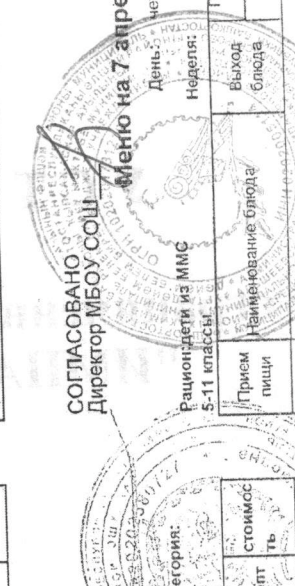
Меню на 7 апреля 2022 г.

День: четверг

Неделя: 2

Рацион: дети из ММС

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептур	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Картофельное пюре	180/5	4	5	26	168	107.02	
полдник	Рыба (филе) тушен. с овощами	40/50	8	2	2	62	520	
	Напиток из свежих мороженых ягод	200/10	1		21	89	102.03	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128.03	
Итого за завтрак(полдник)								67.21



УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

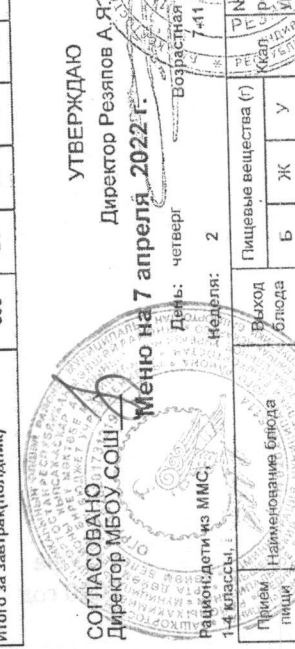
Меню на 7 апреля 2022 г.

День: четверг

Неделя: 2

Рацион: дети из ММС

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептур	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Картофельное пюре	150/4	3	5	22	140	107.02	
полдник	Рыба (филе) тушен. с овощами	30/40	12	4	2	89	434	
	Напиток из свежих мороженых ягод	200/10	1		21	89	102.03	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128.03	
Итого за завтрак(полдник)								59.76





УТВЕРЖДАЮ

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ

Дневник питания
Меню на 8 апреля 2022 г.

Рацион: дети из ММС
1-4 классы

День: пятница

Неделя: 2

Возрастная категория:
14-17 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	Ж	У	№ рецептур	Стоимость
			Б	Ж	У					
завтрак	Каша молочная "Дружба"	150/4	5	6	25	177	74			
полдник	Чай с сахаром	200			9	25	92,03			
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03			
	Фрукты	140	1	1	14	66	101,02			
Итого за завтрак (полдник)		544	10	7	88	386				59,76

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	Ж	У	№ рецептур	Стоимость
			Б	Ж	У					
завтрак	Каша молочная "Дружба"	180/5	6	7	30	210	74,02			
полдник	Чай с сахаром	200			9	25	92,03			
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03			
	Фрукты	140	1	1	14	66	101,02			
Итого за завтрак (полдник)		575	11	8	93	419				67,21



УТВЕРЖДАЮ

СОГЛАСОВАНО

Директор Резяпов А.Я.

Директор МБОУ СОШ

Меню на 11 апреля 2022 г.

Меню на 11 апреля 2022 г.

Рацион: дети из ММС
1-4 классы

День: понедельник

Неделя: 3

Возрастная категория:
7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	Ж	У	№ рецептур	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 сахаром	200			10	40	92,03			
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03			
Итого за завтрак (полдник)		494	22	17	92	530				59,76

Рацион: дети из ММС
5-11 классы

День: понедельник

Неделя: 3

Возрастная категория:
12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	Ж	У	№ рецептур	Стоимость
			Б	Ж	У					
завтрак	Каша гречневая рассыпчатая	180/5	11	6	49	297	65,02			
полдник	Котлеты из мяса птицы	60	9	10	5	126	486,01			
	Соус томатный	30	1	2	2	22	91,01			
	Чай с сахаром	200			10	40	92,03			
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03			
Итого за завтрак (полдник)		525	25	18	106	603				67,21



УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.Я.
12 апреля 2022 г.

Возрастная категория:
12 лет и старше

3

Рацион: дачи из ММС

5-11 классы		12 лет и старше							
Прием пищи	Наименование блюда	Выход : Блюда	Пищевые вещества				№ рецепт уры	СТОИМО СТЬ	
			Б	Ж	У	Ккал			
Завтрак	попидик	Опурцы сажие порционные	60				7	469	
		Каша рисовая рассычатая	180/5	5	5	40	228	67,02	
		Мясo птицы	70	18	18		240	445,01	
		Чай с сахаром	200			10	40	92,03	
		Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
Итого за завтрак (подпики)		565	27	23	90	633		67,21	

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ № 1
УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.А.
Меню на 13 апреля 2022 г.

День: среда
Неделя: 3

Рацион:дети из MMC

Возрастная категория:
12 лет и старше

5-11 классы		Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества				№ рецепт уры	стои- мость
Прием пищи	(г)			Б	Ж	У	Ккал		
завтрак	полдник	Макаронные изделия отварные	180/5	7	4	44	246	77,02	
		Гуляш из говядины	20/50	7	9	4	123	47,13	
		Кисло-молочный продукт	100	3	3	4	59	106,07	
		Чай с сахаром	200			10	40	92,04	
		Хлеб пшеничный	50	4		40	119	125,03	
Итого за завтрак (полдник)			605	21	16	102	586		67,21



СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ
УТВЕРЖАЮ
Директор Резанов А.Я.
Меню на 2 апреля 2022

Возрастная категория:

День: вторник

Рационально из МНС

1-4 классы, № п/п	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)				№ рецептур	Стоимость
				Б	Ж	У	Кал		
завтрак	полдник	Оуэрцы салежи порционные	40	0	0	4	489		59,76
		Каша рисовая рассычатая	150/4	4	4	39	2100	67,01	
		Мясо птицы	70	18			240	445,01	
		Чай с сахаром	200		10	40	92,03		
		Хлеб пшеничный	50	4	40	118	128,03		
Итого за завтрак (полдник)			514	26	22	89	2502		

Директор МБОУ СОШ _____
 Директор Резяпов А.А.
 УТВЕРЖДАЮ: 02.05.2022 г.
 Меню на 13 апреля 2022 г.

День: среда
Неделя: 3

Рацион: дети из ММС
5-11 классы

Возрастная категория
12 лет и старше

1-4 классы, 5-7 классы, 8-9 классы, 10-11 классы	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Калории (ккал)	№ рецептур	Стоимость
				Б	Ж	У			
защит	полдник	Макaronные изделия отварные	150/4	6	4	37	204	77,01	59,75
		Гуляш из говядины	200/50	7	9	4	123	47,13	
		Кисломолочный продукт	100	3	3	4	59	105,07	
		Чай с сахаром	200			10	40	92,04	
		Хлеб пшеничный	50	4		40	118	125,03	
Итого за завтрак (полдник)			574	20	16	95	544		



УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.А.

Директор МБОУ СОШ

Меню на 14 апреля 2022 г.

четверг

Возрастная категория:

12 лет и старше

День: 3

Неделя: 3

Рацион: дети из ММС

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептур	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Картофельное пюре	180/5	4	5	26	168	107,02	
полдник	Рыба (Филе) тушен. с овощами	40/50	8	2	2	62	520	
	Напиток из свежих мороженных ягод	200/10	1	21	89		102,03	
	Печенье сдобное	20	6	16	66	433	132,02	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
Итого за завтрак (полдник)		555	23	23	155	870		67,21

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.А.

Директор МБОУ СОШ

Меню на 15 апреля 2022 г.

пятница

День: 3

Неделя: 3

Рацион: дети из ММС

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептур	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Каша пшенная молочная	180/4,5	7	8	33	230	73,02	
полдник	Чай с сахаром	200		9	25	25	92,03	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
	Сок фруктовый	100	1		13	46	496	
Итого за завтрак (полдник)		534,5	12	8	95	419	739,08	67,21

СОГЛАСОВАНО

Директор Резяпов А.А.

Директор МБОУ СОШ

Меню на 14 апреля 2022 г.

четверг

День: 3

Неделя: 3

Рацион: дети из ММС

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептур	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Картофельное пюре	150/4	3	5	22	140	107	
полдник	Рыба (Филе) тушен. с овощами	30/40	12	4	2	89	434	
	Напиток из свежих мороженных ягод	200/10	1	21	89		102,03	
	Печенье сдобное	20	6	16	66	433	132,02	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
Итого за завтрак (полдник)		504	26	25	151	869		59,76

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.А.

Директор МБОУ СОШ

Меню на 15 апреля 2022 г.

пятница

День: 3

Неделя: 3

Рацион: дети из ММС

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептур	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Каша пшенная молочная	150/4	6	7	27	191	73	
полдник	Чай с сахаром	200		9	25	25	92,03	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
	Сок фруктовый	100	1		13	46	496	
Итого за завтрак (полдник)		504	11	7	89	380		59,76

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества				Ккал	№ рецептур	Стоимость
			Б	Ж	У	(г)			
Завтрак	Оурцы соленные	40				1	5	516	
	Каша гречневая рассыпчатая	180/5	11	6	49		297	65,02	
	Гуляш из говядины с овощами	20/50	7	9	2		115	47,16	
	Чай с сахаром	200			9	25		92,03	
	Хлеб пшеничный	50	4	40		118		128,03	
Итого за завтрак (полдник)		545,0	22	15	101		560		67,21

1-4 классы, № п/п	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)					№ рецептур	Стоимость
				Б	Ж	У	Калории	Вит. С		
завтрак	попдник	Огурцы соленные	30			35	224	65	65	59,76
		Каша гречневая рассыпчатая	150/4	8	5	35	224	65		
		Гуляш из говядины с овощами	20/50	6	9	2	115	47,16		
		Чай с сахаром	200			9	25	92,03		
		Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03		
Итого за завтрак (подпись)		504	18	14	121	706				



СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ
Меню на 28 апреля 2022 г.
УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.Я.
Меню на 28 апреля 2022 г.

Рацион: дети из ММС
1-4 классы
День: четверг
Неделя: 5
Возрастная категория: 7-11 лет и старше

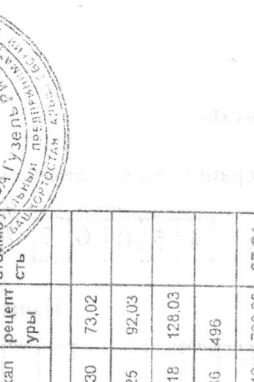
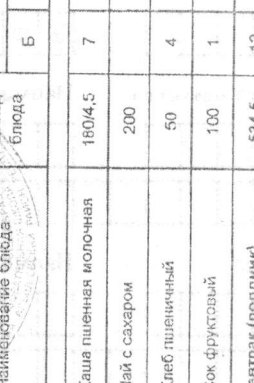
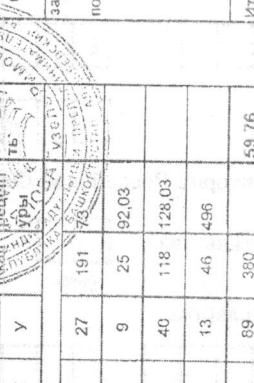
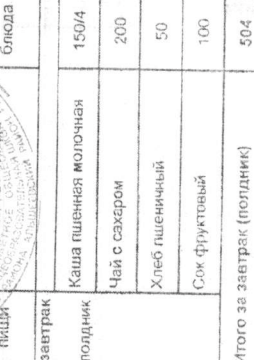
Наименование блюда	Выход блюда			Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептур	стоимость
	Б	Ж	У	Б	Ж	У			
завтрак									
полдник									
Картофельное пюре	150/4	3	5	22	140	107			
Рыба (филе) тушен. С овощами	30/40	12	4	2	89	434			
Напиток из свежих мороженых ягод	200/10	1		21	89	102,03			
Печенье сдобное	20	6	16	66	433	132,02			
Хлеб пшеничный	50	4	40	118	128,03				
Итого за завтрак (полдник)	504	26	25	151	869				59,76



СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ
Меню на 29 апреля 2022 г.
УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.Я.
Меню на 29 апреля 2022 г.

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

Наименование блюда	Выход блюда			Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептур	стоимость
	Б	Ж	У	Б	Ж	У			
завтрак									
полдник									
Каша пшенная молочная	150/4	6	7	27	191	73,02			
Чай с сахаром	200			9	25	92,03			
Хлеб пшеничный	50	4	40	118	128,03				
Сок фруктовый	100	1	13	46	496				
Итого за завтрак (полдник)	504	11	7	89	380				59,76



СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ
Меню на 28 апреля 2022 г.
УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.Я.
Меню на 28 апреля 2022 г.

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

Наименование блюда	Выход блюда			Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептур	стоимость
	Б	Ж	У	Б	Ж	У			
завтрак									
полдник									
Картофельное пюре	180/5	4	5	26	168	107,02			
Рыба (филе) тушен. С овощами	40/50	8	2	2	62	520			
Напиток из свежих мороженых ягод	200/10	1		21	89	102,03			
Печенье сдобное	20	6	16	66	433	132,02			
Хлеб пшеничный	50	4	40	118	128,03				
Итого за завтрак (полдник)	555	23	23	155	870				67,21