



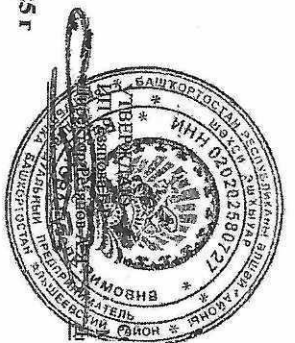
СОТЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ с. Трнатишево
Фармакинова Г.М.

Меню на 13 января 2025 г.

Рацион: дети с ОБЗ, дети-инвалиды, СВО (1-4 классы)

День: понедельник
После: 3

Сезон: зима
Возрастная категория: 7-11 лет



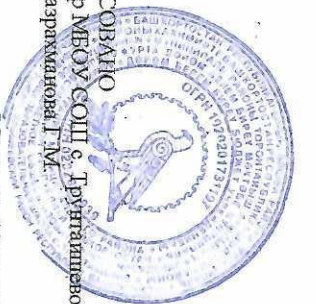
СОТЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ с. Трнатишево
Фармакинова Г.М.

Меню на 13 января 2025 г.

Рацион: дети с ОБЗ, дети-инвалиды, СВО (5-11 классы)

День: понедельник
После: 3

Сезон: зима
Возрастная категория: 12 лет и старше



УТВЕРЖДАЮ
ИП Резникова Г.Р.
Директор Резникова Г.Р.

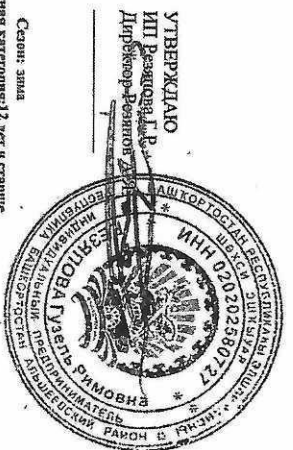


Продукт пони	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептур	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак								
	Макаронные изделия отварные	150/4	6	4	37	204	77,01	
	Выпечка из мяса ЦБ	60	7,3	8,3	5,8	127	61,11	
	Соус томатный	30	1	1	2	22	593,05	
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	94,02	
	Бутерброд с колбасом	50/15	4		50	155	3,04	
Итого за завтрак			516	18,3	13,3	105	550	71,09
обед								
	Щи с капустой и картофелем	200/8	4	8	8	73	10,07	
	Каша перловая рассыпчатая	180/5	6	4	40	222	155	
	Гуляш из говядины	20/50	6	10	4	114	47,31	
	Чай витаминный	200/5			11	39	102,04	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за обед			718	20	23	87	571	79,73
Итого за день			1234	36	43	186	1157	150,82

Продукт п/пш	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур р/л	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак								
	Макаронные изделия отварные	180/5	7	4	44	246	77,02	
	Выпечка из мяса ЦБ	60	7,3	8,3	5,8	127	61,11	
	Соус томатный	40	1	3	3	29	593,06	
	Чай с лимонком и сахаром	200/7			10	42	94,02	
	Бутерброд с колбаском	50/15	4		50	155	3,04	
Итого за завтрак		557	19,3	15,3	112,8	599		78,02
обед								
	Щи с капустой и картофелем	250/10	5	11	10	88	10,08	
	Каша перловая рассыпчатая	180/5	6	4	40	222	155	
	Гуляш из говядины	40/50	12	16	4	174	47,32	
	Чай витаминный	200/5			11	39	102,04	
	Хлеб пшеничный	70	6	1	34	172	208	
Итого за обед		810	29	32	99	695		90,02
Итого за день		1367	47	54	206	1330		168,04



14 января 2025 г



Рацион: дети с ОВЗ, дети инвалиды, СВО (1-4 класса)
Дата: 14 января 2025 г
Время: 11.00
Возрастная категория: 1-4 лет

Рацион: дети с ОВЗ, дети инвалиды, СВО (5-11 классов)
Дата: 14 января 2025 г
Время: 11.00
Возрастная категория: 12 лет и старше

Продукты печи	Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептур и	Стоимость в
			Б	Ж	У			
Завтрак								
	Каши гречневая расчитанная	150/4	9	6	39	265	65	
	Кури отварные (без皮)	70	18	15		229	521	
	Соус томатный	30		1	2	22	593,05	
	Напиток из свежих мороженых ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за завтрак			514	32	23	86	728	71,09
Обед								
	Суп картофельный с бобовыми и трениами	200/26	6	7	30	161	33,15	
	Картофельное пюре	150/4	3	5	22	140	107,08	
	Котлеты из мяса птицы	60	6	10	12	194	486,01	
	Соус томатный	30		1	2	22	593,05	
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	94,02	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за обед			727	19	24	100	682	79,73
Итого за день			1241	51	47	186	1410	150,82

Продукт печи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энерго- тыс.ккал в 100г	№ рецепту- ры	Стоимость
			(г)	Б	Ж			
Завтрак								
	Каши гречневая рассыпчатая	180/5	10	7	45	288	65,02	
	Кури отварные (без皮)	70	18	15		229	521	
	Соус томатный	40	1	3	3	29	593,06	
	Напиток из свежих мороженых ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за завтрак		555	34	26	93	758		78,02
Обед								
	Суп картофельный с бобовыми и грибами	250/38	9	9	41	220	33,14	
	Картофельное пюре	150/4	3	5	22	140	107,08	
	Котлета из мяса птицы	60	6	10	12	194	486,01	
	Соус томатный	30		1	2	22	593,05	
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	94,02	
	Хлеб пшеничный	70	6	1	34	172	208	
Итого за обед		809	24	26	121	790		90,02
Итого за день		1364	58	52	214	1548		168,04



СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ с. Трүнтішшево
Фазраханова Г.М.

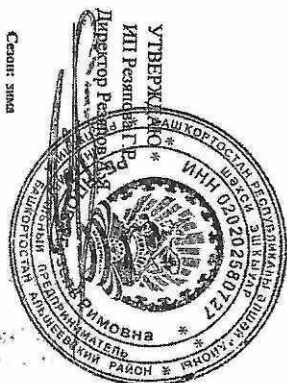
Меню на 15 января 2025 г.



СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ с. Трүнтішшево
Фазраханова Г.М.



Меню на 15 января 2025 г.



Рацион: дети с ОВЗ, дети-инвалиды (СВО (1-4 классы))

Дата: среда
Неделя: 3

Семейный номер: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептур	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Салат луковый	30		3	2	39	47	
	Шош из говядины	150	11	13	31	284	461,1	
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02	
	Сок фруктовый	200	1		26	92	191	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за завтрак		630	16	17	92	578		71,09
обед	Суп картофельный с крупой пшенной	250	5	9	20	120	31,18	
	Пельмени Сказка	180	20	20	26	396	219,1	
	Соус томатный	30		1	2	22	593,05	
	Паста Пастушка	24	1		14	63	220	
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
	Итого за обед	734	30	31	95	764		79,73
Итого за день		1364	46	48	187	1342		150,82

Рацион: дети с ОВЗ, дети-инвалиды СВО (5-11 классы)

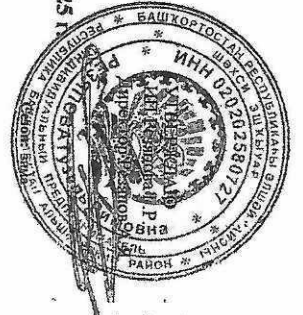
Дата: среда
Неделя: 3

Семейный номер: 12 лет и старше

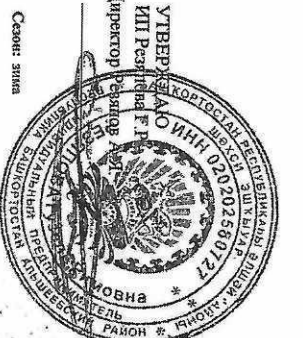
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептур	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Салат луковый	30		3	2	39	47	
	Шош из говядины	180	13	16	37	341	461,11	
	Чай с сахаром	200			9	36	92,04	
	Сок фруктовый	200	1		26	92	191	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за завтрак		660	18	20	98	631		78,02
обед	Суп картофельный с крупой пшенной	250	5	9	20	120	31,18	
	Пельмени Сказка	200	22	22	26	440	219	
	Соус томатный	50	1,17	3,3	3,47	33,67	593,07	
	Паста Пастушка	24	1		14	63	220	
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02	
	Хлеб пшеничный	70	6	1	34	172		
	Итого за обед	794	35,17	35,3	106,5	868,67		90,02
Итого за день		1454	53,17	55,3	204,5	1499,7		168,04



СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ с. Трутягино
Фарахманова Г.М.



СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ с. Трутягино
Фарахманова Г.М.



Меню на 16 января 2025 г.

Пациент: дети с ОВЗ, дети-инвалиды, СВО (1-4 классы)
Дата: четверг
Исходы: 3
Возрастная категория: 7-11 лет

Пациент: дети с ОВЗ, дети-инвалиды, СВО (5-11 классы)
Дата: четверг
Исходы: 3
Возрастная категория: 12 лет и старше

Примечание	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептур	Стоимость
			Б	Ж	У			
2222	Картофельное пюре	130/4	3	5	22	140	107,08	
	Рыба (филе) тушеная в томате с овощами	30/40	12	4	2	215	187	
	Кефир Махариши для детского питания с джемом из лесных ягод	33,3	5,5	22	52	428		
	Напиток из свежих мороженых ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за завтрак		517,3	25,5	32	121	995		71,09
Обед								
Расходники "Ленинградский"		250/10	2	8	4	61	26,08	
Макаронные изделия отварные		150/4	6	4	37	204	77,01	
Мясо тушеное с овощами		50	6	7	2	94	29,12	
Чай с сахаром		200			9	40	92,02	
Хлеб пшеничный		50	4	1	24	123	207	
Итого за обед		714	18	20	76	522		79,73
Итого за день		1231,3	43,5	52	197	1517		150,82

Примечание	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептур	Стоимость
			Б	Ж	У			
2222	Картофельное пюре	180/5	4	5	26	164	107,1	
	Рыба (филе) тушеная в томате с овощами	30/40	12	4	2	215	187	
	Кефир Махариши для детского питания с джемом из лесных ягод	33,3	5,5	22	52	428		
	Напиток из свежих мороженых ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	Хлеб пшеничный	55	4,34	0,55	26,56	135,3	27,01	
Итого за завтрак		553,3	26,84	31,6	127,6	1031,3		78,02
Обед								
Расходники "Ленинградский"		250/10	2	8	4	61	26,08	
Макаронные изделия отварные		180/5	7	4	44	246	77,02	
Мясо тушеное с овощами		85	10	11	4	153	488,1	
Чай с сахаром		200			9	40	92,02	
Хлеб пшеничный		70	6	1	34	172	208	
Итого за обед		800	25	24	95	672		90,02
Итого за день		1353,3	51,84	55,6	222,6	1703,3		168,04



СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ с. Грунтаишево
Фазрахманова Г.М.

Меню на 17 января 2025 г.

День: пятница

Рацион: дети с ОВЗ, дети-
инвалиды, СВО (1-4 классы)

Неделя: 3

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептур ы	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Каша пшениная молочная жидкая	150,4	5,7	6,54	27,5	191,1	73,02	
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	92	94,02	
	Сок фруктовый	200	1,4	0,2	21,4	84,5	191	
	Бутерброд с повидлом	50/10	4		50	155	3,04	
	Итого за завтрак	651,5	11,1	6,74	109	522,6		71,09
обед	Борщ с капустой и картофелем	200/8	4	8	11	81	27,09	
	Каша гречневая рассыпчатая	150/4	9	6	39	265	65	
	Куры отварные (бедро)	70	18	15		229	521	
	Соус томатный	30		1	2	22	593,05	
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
	Итого за обед	712	35	31	85	760		79,73
Итого за день		1363,5	46,1	37,74	194	1282,6		150,82



СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ с. Грунтаишево
Фазрахманова Г.М.

Меню на 17 января 2025 г.

День: пятница

Рацион: дети с
ОВЗ, дети-
инвалиды, СВО
(5-11 классы)

Неделя: 3

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецепту ры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Каша пшениная молочная жидкая	180/4,5	7	8	33	230	73,02	
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	92	94,02	
	Сок фруктовый	200	1,4	0,2	21,4	84,5	191	
	Бутерброд с повидлом	50/15	4		50	155	3,04	
	Итого за завтрак	651,5	12,4	8,2	114,4	562		78,02
обед	Борщ с капустой и картофелем	250/10	5	10	14	104	27,1	
	Каша гречневая рассыпчатая	180/5	10	7	45	288	65,02	
	Куры отварные (бедро)	70	18	15		229	521	
	Соус томатный	30		1	2	22	593,05	
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02	
	Хлеб пшеничный	70	6	1	34	172	208	
	Итого за обед	815	39	34	104	855		90,02
Итого за день		1466,5	51,4	42,2	218,4	1416,5		168,04



УТВЕРЖДАЮ
ИП Резяпова Г.
Директор Резяпова Г.

Сезон: зима



СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ с. Трунтайшево
Фазрахманова Г.М.



УТВЕРЖДАЮ
ИП Резяпова Г.М.
Директор

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ с. Трунтайшево
Фазрахманова Г.М.



УТВЕРЖДАЮ
ИП Резяпова Г.М.
Директор



Меню на 20 января 2025 г.

Рацион: дети с ОВЗ, дети-инвалиды, СВО (1-4 классы)

День:

понедельник

Неделя:

4

Сезон: зима

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Каша "Артек" молочная	150/4	6,1	5,78	55,9	276	69,01	
	Йогурт	100	5	3	12,6	85	104,01	
	Напиток из свежих мороженных ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
	Итого за завтрак	514	16,1	9,78	114	573		71,09
обед	Свекольник	200/8	4	8	14	96	36,06	
	Каша рисовая рассыпчатая	150/4	4	4	39	210	67,01	
	Котлеты из мяса птицы	60	6,3	10	11,7	194	486,01	
	Соус томатный	30		1	2	22	593,05	
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	94,02	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за обед		709	19	22	92	687		79,73
Итого за день		1223	35,1	31,78	206	1260		150,82

Меню на 20 января 2025 г.

Рацион: дети с ОВЗ, дети-инвалиды, СВО (5-11 классы)

День:

понедельник

Неделя:

4

Сезон: зима

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Каша "Артек" молочная	180/4,5	7	7	67	355	69,02	
	Йогурт	100	5	3	12,6	84,5	104,01	
	Напиток из свежих мороженных ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	Хлеб пшеничный	55	4	1	27	135	207,01	
	Итого за завтрак	549,5	17	11	127,6	663,5		78,02
обед	Свекольник	250/10	5	10	17	115	36,07	
	Каша рисовая рассыпчатая	180/5	4,86	5,3	40,12	227,88	67,82	
	Котлеты из мяса птицы	60	6,3	10	11,7	194	486,01	
	Соус томатный	30		1	2	22	593,05	
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	94,02	
	Хлеб пшеничный	70	6	1	34	172	208	
Итого за обед		812	22,16	27,3	114,8	772,88		90,02
Итого за день		1361,5	39,16	38,3	242,4	1436,4		168,04



СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ с. Трунтайшево
Фазрахманова Г.М.



УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ СОШ с. Трунтайшево
ИП Резяпова Г.Р.



СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ с. Трунтайшево
Фазрахманова Г.М.



УТВЕРЖДАЮ
ИП Резяпова Г.Р.
Директор Резяпова Г.Р.

Меню на 21 января 2025 г.

Рацион: дети с ОВЗ, дети-инвалиды, СВО (1-4 классы)

День: вторник

Сезон: зима

Неделя: 4

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Салат луковый	30		3	2	39	47	
	Каша гречневая рассыпчатая	150/4	9	6	39	265	65,2	
	Гуляш из говядины	20/50	7	9,14	4	123	47,33	
	Напиток из свежих мороженных ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
	Итого за завтрак	514	21	19,14	90	639		71,09
обед	Рассольник "Ленинградский"	200/8	2	7	4	49	26,09	
	Картофельное пюре	150/4	3	5	22	140	107,08	
	Рыба, (филе) тушеная в томате с овощами	30/40	12	4	2	215	187	
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02	
	Печенье сдобное	30	2	5	21	135	132,01	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
	Итого за обед	712	23	22	82	702		79,73
Итого за день		1226	44	41,14	172	1341		150,82

Меню на 21 января 2025 г.

Рацион: дети с ОВЗ, дети-инвалиды, СВО (5-11 классы)

День: вторник

Сезон: зима

Неделя: 4

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Салат луковый	40		4	2,67	52	47,36	
	Каша гречневая рассыпчатая	180/5	10,4	6,8	45,4	288	65,02	
	Гуляш из говядины	20/50	7	9,14	4	123	47,33	
	Напиток из свежих мороженных ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
	Итого за завтрак	555	22,4	20,9	97,07	675		78,02
обед	Рассольник "Ленинградский"	250/10	2	8	4	61	26,08	
	Картофельное пюре	150/4	3	5	22	140	107,08	
	Рыба, (филе) тушеная в томате с овощами	40/50	12	4	2	89	187	
	Печенье сдобное	30	2	5	21	135	132,01	
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02	
	Хлеб пшеничный	70	6	1	34	172	208	
	Итого за обед	804	25	23	92	637		90,02
Итого за день		1359	47,4	43,9	189,1	1312		168,04



СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ с. Трунтайшево
Фазрахманова Г.М.

Меню на 22 января 2025 г.

Рацион: дети с ОВЗ, дети-инвалиды, СВО (1-4 классы)

День: среда

Неделя: 4

Возрастная категория: 7-11 лет



СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ с. Трунтайшево
Фазрахманова Г.М.

Меню на 22 января 2025 г.

Рацион: дети с ОВЗ, дети-инвалиды, СВО (5-11 классы)

День: среда

Неделя: 4

Возрастная категория: 12 лет и старше



УТВЕРЖДАЮ
ИП Резяпова Г.Р.
Директор Резяпов А.Я.

Сезон: зима



Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептур	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак								
	Салат из квашеной капусты	60	1,39	3,08	4,6	52	5,04	
	Плов из мяса кур	150	11	19	30	320	64,18	
	Печенье 2 шт	30	2	5	21	135	132	
	Напиток витаминизированный Виталайт-НК	200/8			19	80	425	
	Хлеб пшеничный	55	5	1	29	148	99	
Итого за завтрак		503	19,39	28,08	104	735		71,09
обед								
	Щи с капустой и картофелем	250/10	5	11	10	88	10,08	
	Макаронные изделия отварные	150/4	6	4	37	204	77,01	
	Мясо тушеное с овощами	50	6	7	2	94	29,12	
	Чай с сахаром	200			9	36	92,04	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за обед		714	21	23	82	545		79,73
Итого за день		1217	40,39	51,08	186	1280		150,82

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептур	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак								
	Салат из квашеной капусты	60	1,39	3,08	4,6	52	5,04	
	Плов из мяса кур	200	13	21	48	389	64,2	
	Печенье 2 шт	30	1,54	4,04	16,44	108,24	132	
	Напиток витаминизированный Виталайт-НК	200/8			19	80	425	
	Хлеб пшеничный	55	4,74	4,74	4,74	4,74	4,74	
Итого за завтрак		553	20,67	32,9	92,78	633,98		78,02
обед								
	Щи с капустой и картофелем	250/10	5	11	10	88	10,08	
	Макаронные изделия отварные	180/5	7	4	44	246	77,02	
	Мясо тушеное с овощами	85	10	11	4	153	488,1	
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02	
	Хлеб пшеничный	70	6	1	34	172	208	
Итого за обед		800	28	27	101	699		90,02
Итого за день		1353	48,67	59,9	193,8	1333		168,04



СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ с. Трунтайшево
Фазрахманова Г.М.

Меню 23 января 2025 г.

Рацион: дети с ОВЗ, дети-инвалиды, СВО (1-4 классы)

День:

четверг

Сезон: зима

Неделя: 4

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептур	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Огурцы соленные порционно	40	0,32	0,4	0,68	5,2	469	
	Пельмени Сказка	180	19,8	19,8	37,8	396	219,0	
	Соус томатный	30		1	2	22	593,05	
	Напиток из свежемороженой ягоды	200/10	1		21	89	102,03	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
	Итого за завтрак	510	25,12	22,2	85,5	635,2		71,09
обед	Суп картофельный с бобовыми и гречками	200/26	6	7	30	161	33,15	
	Каша гречневая рассыпчатая	150/4	9	6	39	265	65	
	Куры отварные (бедрца)	70	18	15		229	521	
	Соус томатный	30		1	2	22	593,05	
	Чай витаминный	200/5			11	39	102,04	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за обед		735	37	30	105	840		79,73
Итого за день		1245	62,12	52,2	190	1475,2		150,82



СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ с. Трунтайшево
Фазрахманова Г.М.

Меню 23 января 2025 г.

Рацион: дети с ОВЗ, дети-инвалиды, СВО (5-11 классы)

День:

четверг

Сезон: зима

Неделя: 4

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептур	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Огурцы соленные порционно	40	0,32	0,4	0,68	5,2	469,1	
	Пельмени Сказка	200	22	22	42	440	219	
	Соус томатный	50	1,17	3,3	3,47	33,67	593,07	
	Напиток из свежемороженой ягоды	200/10	1		21	89	102,03	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
	Итого за завтрак	545	28,49	26,7	91,15	690,87		78,02
обед	Суп картофельный с бобовыми и гречками	250/38	9	9	41	220	33,14	
	Каша гречневая рассыпчатая	150/4	9	6	39	265	65	
	Куры отварные (бедрца)	70	18	15		229	521	
	Соус томатный	30		1	2	22	593,05	
	Чай витаминный	200/5			11	39	303	
	Хлеб пшеничный	70	6	1	34	172	208	
Итого за обед		817	42	32	126	948		90,02
Итого за день		1362	70,49	58,7	217,2	1638,9		168,04



УТВЕРЖДАЮ
ИП Резяпова Г.
Директор Резяпова Г.





СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ с. Трунтаишево
И.П. Резяпова Г.М.



СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ с. Трунтаишево
И.П. Резяпова Г.М.



УТВЕРЖДАЮ
И.П. Резяпова Г.М.
Директор Резяпова Г.М.

Меню на 24 января 2025 г.

Меню на 24 января 2025 г.

Радиом: дети с ОВЗ, дети-инвалиды, СВО (1-4 классы)

День: пятница
Сезон: зима
Неделя: 4
Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептур	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Каша молочная "Дружба"	150/4	4,9	6,42	24,9	201	74,02	
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	94,02	
	Бутерброд с сыром	50/10	3,9	13,97	23,7	237,25	3,04	
	Фрукты	140	1	1	14	66	101,02	
	Итого за завтрак	561	9,8	21,39	72,7	546,25		71,09
обед	Борщ с капустой и картофелем	200/8	4	8	11	81	27,09	
	Макаронные изделия отварные	180/5	7	4	44	246	77,02	
	Гуляш из мяса кур	20/50	6,41	9,91	3,53	113,76	47,31	
	Чай витаминный	200/5			11	39	102,04	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
	Итого за обед	718	21,41	22,91	93,5	602,76		79,73
Итого за день		1279	31,21	44,3	166	1149,01		150,82

Радиом: дети с ОВЗ, дети-инвалиды, СВО (5-11 классы)

День: пятница
Сезон: зима
Неделя: 4
Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептур	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Каша молочная "Дружба"	180/4,5	5,99	7,93	32,52	217,29	74,02	
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	94,02	
	Бутерброд с сыром	50/10	3,9	14	23,72	237,25	3,04	
	Фрукты	140	1	1	14	66	101,02	
	Итого за завтрак	591,5	10,89	22,9	80,24	562,54		78,02
обед	Борщ с капустой и картофелем	250/10	5	10	14	104	27,1	
	Макаронные изделия отварные	180/5	7	4	44	246	77,02	
	Гуляш из мяса кур	40/50	12,19	15,8	3,53	174,18	47,18	
	Чай витаминный	200/5			11	39	102,04	
	Хлеб пшеничный	70	4	1	24	123	207	
	Итого за обед	740	28,19	30,8	96,53	686,18		90,02
Итого за день		1331,5	39,08	53,7	176,8	1248,7		168,04



СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ с. Трунтайшево
Фазрахманова Г.М.



Меню на 27 января 2025 г.

Рацион: дети с ОВЗ, дети-инвалиды, СВО (1-4 классы)

День: понедельник

Неделя: 5

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Макаронные изделия отварные	150/4	6	4	37	204	77,01	
	Биточки из мяса ЦБ	60	7,3	8,3	5,8	127	61,11	
	Соус томатный	30	1	1	2	22	593,05	
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	94,02	
	Бутерброд с повидлом	50/15	4		50	155	3,04	
	Итого за завтрак	516	18,3	13,3	104,8	346		71,09
обед	Щи с капустой и картофелем	200/8	4	8	8	73	10,07	
	Каша перловая рассыпчатая	180/5	6	4	40	222	155	
	Гуляш из мяса кур	20/50	6	10	4	114	47,31	
	Чай витаминный	200/5			11	39	102,04	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
	Итого за обед	718	20	23	87	571		79,73
Итого за день		1234	36	43	186	1157		150,82



СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ с. Трунтайшево
Фазрахманова Г.М.

Меню на 27 января 2025 г.

Рацион: дети с ОВЗ, дети-инвалиды, СВО (5-11 классы)

День: понедельник

Неделя: 5

Возрастная категория: 12 лет и старше

УТВЕРЖДАЮ
И.И. Резаева Г.Р.
Директор Резаева Г.Р.



Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Макаронные изделия отварные	180/5	7	4	44	246	77,02	
	Биточки из мяса ЦБ	60	7,3	8,3	5,8	127	61,11	
	Соус томатный	40	1	3	3	29	593,06	
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	94,02	
	Бутерброд с повидлом	50/15	4		50	155	3,04	
	Итого за завтрак	557	19,3	15,3	112,8	635		78,02
обед	Щи с капустой и картофелем	250/10	5	11	10	88	10,08	
	Каша перловая рассыпчатая	180/5	6	4	40	222	155	
	Гуляш из мяса кур	40/50	12	16	4	174	47,32	
	Чай витаминный	200/5			11	39	102,04	
	Хлеб пшеничный	70	6	1	34	172	208	
	Итого за обед	810	29	32	99	695		90,02
Итого за день		1367	47	54	206	1330		168,04



СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ с. Трунтайшево
Фазрахманова Г.М.

28 января 2025 г

Рацион: дети с ОВЗ,
дети-инвалиды, СВО (1-
4 классы)

День: вторник
Неделя: 5

Сезон: зима
Возрастная категория: 7-11 лет

Прим пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецепту ры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Каша гречневая рассыпчатая	150/4	9	6	39	265	65	
	Куры отварные (бедро)	70	18	15		229	521	
	Соус томатный	30		1	2	22	593,05	
	Напиток из свежих мороженных ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
	Итого за завтрак	514	32	23	86	728		71,09
обед	Суп картофельный с бобовыми и гренками	200/26	6	7	30	161	33,15	
	Картофельное пюре	150/4	3	5	22	140	107,08	
	Котлеты из мяса птицы	60	6	10	12	194	486,01	
	Соус томатный	30		1	2	22	593,05	
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	94,02	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за обед		727	19	24	100	682		79,73
Итого за день		1241	51	47	186	1410		150,82



СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ с. Трунтайшево
Фазрахманова Г.М.

28 января 2025 г

Рацион: дети с ОВЗ,
дети-инвалиды,
СВО
(5-11 классы)

День: вторник
Неделя: 5

Сезон: зима
Возрастная категория: 12 лет и старше

Прим пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецепту ры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Каша гречневая рассыпчатая	180/5	10	7	45	288	65,02	
	Куры отварные (бедро)	70	18	15		229	521	
	Соус томатный	40	1	3	3	29	593,06	
	Напиток из свежих мороженных ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
	Итого за завтрак	555	34	26	93	758		78,02
обед	Суп картофельный с бобовыми и гренками	250/38	9	9	41	220	33,14	
	Картофельное пюре	150/4	3	5	22	140	107,08	
	Котлеты из мяса птицы	60	6	10	12	194	486,01	
	Соус томатный	30		1	2	22	593,05	
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	94,02	
	Хлеб пшеничный	70	6	1	34	172	208	
Итого за обед		809	24	26	121	790		90,02
Итого за день		1364	58	52	214	1548		168,04



УТВЕРЖДАЮ
ИП Резяпова Г.Р.
Директор МБОУ СОШ с. Трунтайшево



СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ с. Трунтайшево
Фазрахманова Г.М.



УТВЕРЖДАЮ
ИП Резяпова Г.
Директор МБОУ СОШ с. Трунтайшево
Фазрахманова Г.М.



СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ с. Трунтайшево
Фазрахманова Г.М.



УТВЕРЖДАЮ
ИП Резяпова Г.
Директор МБОУ СОШ с. Трунтайшево
Фазрахманова Г.М.

Меню на 29 января 2025 г.

Рацион: дети с ОВЗ,
дети-инвалиды, СВО
(1-4 классы)

День: среда

Сезон: зима

Неделя: 5

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Салат луковый	30		3	2	39	47	
	Плов из говядины	150	11	13	31	284	461,1	
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02	
	Сок фруктовый	200	1		26	92	191	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за завтрак		630	16	17	92	578		71,09
обед	Суп картофельный с крупой пшенной	250	5	9	20	120	31,18	
	Пельмени Сказка	180	15	24	23	441	219,01	
	Соус томатный	30		1	2	22	593,05	
	Пастила Пастилушка	24	1		14	63	220	
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за обед		734	25	35	92	809		79,73
Итого за день		1364	41	52	184	1387		150,82

Меню на 29 января 2025 г.

Рацион: дети с ОВЗ,
дети-инвалиды, СВО
(5-11 классы)

День: среда

Сезон: зима

Неделя: 5

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Салат луковый	30		3	2	39	47	
	Плов из говядины	180	13	16	37	341	461,11	
	Чай с сахаром	200			9	36	92,04	
	Сок фруктовый	200	1		26	92	191	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за завтрак		660	18	20	98	631		78,02
обед	Суп картофельный с крупой пшенной	250	5	9	20	120	31,18	
	Пельмени Сказка	200	22	22	26	440	219	
	Соус томатный	50	1,17	3,3	3,47	33,67	593,07	
	Пастила Пастилушка	24	1		14	63	220	
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02	
	Хлеб пшеничный	70	6	1	34	172	208	
Итого за обед		794	35,17	35,3	106,5	868,67		90,02
Итого за день		1454	53,17	55,3	204,5	1499,7		168,04

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ с. Трунтайшево
Фазрахманова Г.М.

УТВЕРЖДАЮ
ИП Резяпова Г.Р.
Директор Резяпов А.Я.

Меню на 30 января 2025 г.

День: четверг

Сезон: зима

Рацион: дети с ОВЗ,
дети-инвалиды, СВО
(1-4 классы)

Неделя: 5

Возрастная категория: 7-11 лет

Прим пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	На рецепту 'ры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Картофельное пюре	150/4	3	5	22	140	107,08	
	Рыба, (филе) тушеная в томате с овощами	30/40	12	4	2	215	187	
	Кекс Махариши для детского питания с джемом из лесных ягод	33,3	5,5	22	52	428		
	Напиток из свежих мороженных ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за завтрак		517,3	25,5	32	121	995		71,09
обед	Рассольник "Ленинградский"	250/10	2	8	4	61	26,08	
	Макаронные изделия отварные	150/4	6	4	37	204	77,01	
	Мясо тушеное с овощами	50	6	7	2	94	29,12	
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за обед		714	18	20	76	522		79,73
Итого за день		1231,3	43,5	52	197	1517		150,82

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ с. Трунтайшево
Фазрахманова Г.М.

Меню на 30 января 2025 г.

День: четверг

Сезон: зима

Рацион: дети с ОВЗ,
дети-инвалиды,
СВО (5-11 классы)

Неделя: 5

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прим пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	На рецепту 'ры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Картофельное пюре	180/5	4	5	26	164	107,1	
	Рыба, (филе) тушеная в томате с овощами	30/40	12	4	2	215	187	
	Кекс Махариши для детского питания с джемом из лесных ягод	33,3	5,5	22	52	428		
	Напиток из свежих мороженных ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	Хлеб пшеничный	55	4,34	0,55	26,56	135,3	27,01	
Итого за завтрак		553,3	26,84	31,55	127,6	1031,3		78,02
обед	Рассольник "Ленинградский"	250/10	2	8	4	61	26,08	
	Макаронные изделия отварные	180/5	7	4	44	246	77,02	
	Мясо тушеное с овощами	85	10	11	4	153	488,1	
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02	
	Хлеб пшеничный	70	6	1	34	172	208	
Итого за обед		800	25	24	95	672		90,02
Итого за день		1353,3	51,84	55,55	222,6	1703,3		168,04



СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ с. Трунтайшево
Фазрахманова Г.М.

Меню на 31 января 2025 г.

Рацион: дети с ОВЗ,
дети-инвалиды, СВО (1-4 классы)

День: пятница

Неделя: 5

Сезон: зима

Возрастная категория: 12 лет и старше

Приним пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Каша пшеничная молочная жидкая	150/4	5,7	6,54	27,5	191,1	73,02	
	Чай с лимоном	200/7			10	92	94,02	
	Фрукты	140	1	1	14	66	101,02	
	Бутерброд с сыром	50/10	4	1	24	123	207	
	Итого за завтрак	561	10,7	8,54	75,5	472,1		71,09
обед	Борщ с капустой и картофелем	200/8	4	8	11	81	27,09	
	Каша гречневая рассыпчатая	150/4	9	6	39	265	65	
	Куры отварные (бедро)	70	18	15		229	521	
	Соус томатный	30		1	2	22	593,05	
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
	Итого за обед	712	35	31	85	760		79,73
Итого за день		1273	45,7	39,54	160,5	1232,1		150,82



УТВЕРЖДАЮ
ИП Резяпова Г.Р.
Директор Резяпова Г.Р.

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ с. Трунтайшево
Фазрахманова Г.М.

Меню на 31 января 2025 г.

Рацион: дети с ОВЗ,
дети-инвалиды,
СВО (5-11 классы)

День: пятница

Неделя: 4

Возрастная категория: 12 лет и старше

Приним пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Каша пшеничная молочная жидкая	180/4,5	7	8	33	230	73,02	
	Чай с лимоном	200/7			10	92	94,02	
	Фрукты	140	1	1	14	66	101,02	
	Бутерброд с сыром	50/10	3,9	14	23,7	237,25	143,1	
	Итого за завтрак	591,5	11,9	23	80,7	625,25		78,02
обед	Борщ с капустой и картофелем	250/10	5	10	14	104	27,1	
	Каша гречневая рассыпчатая	180/5	10	7	45	288	65,02	
	Куры отварные (бедро)	70	18	15		229	521	
	Соус томатный	30		1	2	22	593,05	
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02	
	Хлеб пшеничный	70	6	1	34	172	208	
	Итого за обед	815	39	34	104	855		90,02
Итого за день		1406,5	50,9	57	184,7	1480,3		168,04



УТВЕРЖДАЮ
ИП Резяпова Г.Р.
Директор Резяпова Г.Р.