

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.А.

Меню на 4 мая 2022 г.

среда

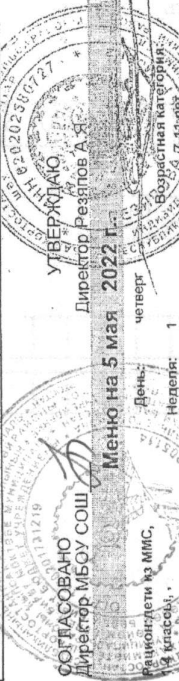
Возрастная категория: 12 лет и старше

Рацион: дети из ММС, 11 классы

Возрастная категория: 7-11 лет

Рацион: дети из ММС, 1-4 классы

| Прием пищи                 | Наименование блюда      | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |   |    | Кал | № рецептур | Стоимость |
|----------------------------|-------------------------|-------------|----------------------|---|----|-----|------------|-----------|
|                            |                         |             | Б                    | Ж | У  |     |            |           |
| завтрак                    | Каша пшеничная молочная | 150/4       | 6                    | 7 | 27 | 191 | 73         |           |
| полдник                    | 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     |



УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.А.

Меню на 5 мая 2022 г.

четверг

Возрастная категория: 7-11 лет

Рацион: дети из ММС, 1-4 классы

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

Меню на 5 мая 2022 г.

четверг

Возрастная категория: 12 лет и старше

Рацион: дети из ММС, 11 классы

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

СОГЛАСОВАНО  
Директор МБОУ СОШ \_\_\_\_\_  
Директор Резяпов А.Я.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор Резяпов А.Я.

Меню на 6 мая 2022 г.

Рацион: дети из ММС, 4 классы

День: пятница

Возрастная категория: 12 лет и старше

Неделя: 1

| Прием пищи                       | Наименование блюда           | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |       |       | Кал   | На рецепт уры | Стоимость |
|----------------------------------|------------------------------|-------------|----------------------|-------|-------|-------|---------------|-----------|
|                                  |                              |             | Б                    | Ж     | У     |       |               |           |
| завтрак                          | Картофельное пюре            | 180/5       | 4                    | 5     | 26    | 188   | 107,02        |           |
| полдник                          | Рыба (филе) тушен. с овощами | 40/50       | 8                    | 2     | 2     | 62    | 520           |           |
|                                  | Чай с сахаром                | 200         |                      |       | 10    | 40    | 92,03         |           |
|                                  | Бутерброд с маслом           | 50/10       | 3,88                 | 7,65  | 39,98 | 173,6 | 128,03        |           |
| Итого за завтрак(полдник) и обед |                              | 535         | 15,88                | 14,65 | 77,98 | 443,6 |               | 67,21     |

СОГЛАСОВАНО  
Директор МБОУ СОШ \_\_\_\_\_  
Директор Резяпов А.Я.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор Резяпов А.Я.

Меню на 11 мая 2022 г.

Рацион: дети из ММС, 5-11 классы

День: среда

Возрастная категория: 12 лет и старше

Неделя: 2

| Прием пищи                 | Наименование блюда       | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |       |        | Кал    | На рецепт уры | Стоимость |
|----------------------------|--------------------------|-------------|----------------------|-------|--------|--------|---------------|-----------|
|                            |                          |             | Б                    | Ж     | У      |        |               |           |
| завтрак                    | Каша рисовая рассыпчатая | 180/5       | 4,86                 | 5,3   | 40,12  | 227,88 | 67,02         |           |
|                            | Котлеты из мяса птицы    | 80          | 9                    | 10    | 5      | 126    | 466,01        |           |
|                            | Соус томатный            | 30          | 1                    | 2     | 2      | 22     | 91,01         |           |
|                            | Чай с сахаром            | 200         |                      |       | 10     | 40     | 92,03         |           |
|                            | Бутерброд с повидлом     | 50/15       | 3,85                 | 0,45  | 49,6   | 155    | 3,04          |           |
| Итого за завтрак (полдник) |                          | 540         | 18,72                | 17,75 | 106,72 | 570,86 |               | 67,21     |

СОГЛАСОВАНО  
Директор МБОУ СОШ \_\_\_\_\_  
Директор Резяпов А.Я.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор Резяпов А.Я.

Меню на 6 мая 2022 г.

Рацион: дети из ММС, 4 классы

День: пятница

Возрастная категория: 12 лет и старше

Неделя: 1

| Прием пищи                       | Наименование блюда           | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |       |       | Кал    | На рецепт уры | 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           |           |
|                                  | Чай с сахаром                | 200         |                      |       | 10    | 40     | 92,03         |           |
|                                  | Бутерброд с маслом           | 50/8        | 3,86                 | 7,05  | 39,95 | 177,34 | 128,02        |           |
| Итого за завтрак(полдник) и обед |                              | 482         | 18,86                | 16,05 | 73,95 | 446,34 |               | 59,76     |

СОГЛАСОВАНО  
Директор МБОУ СОШ \_\_\_\_\_  
Директор Резяпов А.Я.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор Резяпов А.Я.

Меню на 11 мая 2022 г.

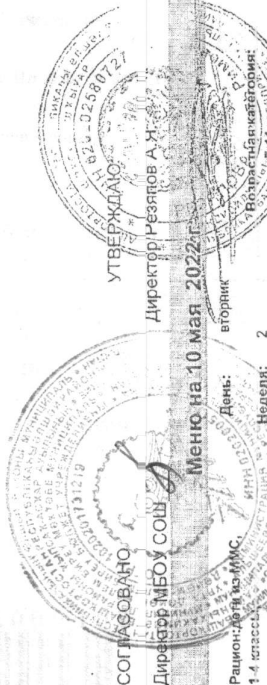
Рацион: дети из ММС, 4 классы

День: среда

Возрастная категория: 12 лет и старше

Неделя: 2

| Прием пищи                 | Наименование блюда       | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |       |        | Кал    | На рецепт уры | Стоимость |
|----------------------------|--------------------------|-------------|----------------------|-------|--------|--------|---------------|-----------|
|                            |                          |             | Б                    | Ж     | У      |        |               |           |
| завтрак                    | Каша рисовая рассыпчатая | 150/4       | 4,05                 | 4,37  | 38,92  | 209,86 | 67,01         |           |
| полдник                    | Котлеты из мяса птицы    | 60          | 9                    | 10    | 5      | 126    | 466,01        |           |
|                            | Соус томатный            | 30          | 1                    | 2     | 2      | 22     | 91,01         |           |
|                            | Чай с сахаром            | 200         |                      |       | 10     | 40     | 92,03         |           |
|                            | Бутерброд с повидлом     | 50/15       | 3,85                 | 0,45  | 49,6   | 155    | 3,04          |           |
| Итого за завтрак (полдник) |                          | 509         | 17,91                | 16,82 | 105,52 | 552,86 |               | 59,76     |



СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резервов А.Н.



СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ

Директор Гезалич Н.Л.



Меню на 10 мая 2022 г

Рацион-дети из ММС, 1-4 классы  
День: вторник  
Неделя: 2

Возрастная категория: 12 лет и старше

| Прием пищи                 | Наименование блюда    | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |   |    | № рецептур | Стоимость |
|----------------------------|-----------------------|-------------|----------------------|---|----|------------|-----------|
|                            |                       |             | Б                    | Ж | У  |            |           |
| завтрак<br>полдник         | Каша пшенная молочная | 150/4       | 6                    | 7 | 27 | 191        | 73        |
|                            | 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        | 789,05    |
|                            |                       |             |                      |   |    |            | 59,76     |

| Прием пищи                 | Наименование блюда    | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |   |    | № рецептур | Стоимость |
|----------------------------|-----------------------|-------------|----------------------|---|----|------------|-----------|
|                            |                       |             | Б                    | Ж | У  |            |           |
| завтрак<br>полдник         | Каша пшенная молочная | 180/4,5     | 7                    | 8 | 33 | 230        | 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) |                       | 534,5       | 12                   | 8 | 95 | 419        | 789,08    |
|                            |                       |             |                      |   |    |            | 67,21     |

СОГЛАСОВАНО  
Директор МБОУ СОШ  
Меню на 12 мая 2022 г.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор Резяпов А.Я.  
Меню на 13 мая 2022 г.

Рацион: дети из ММС, 4 классы

День: четверг

Неделя: 2

Возрастная категория: 5-11 классы

| Прием пищи                 | Наименование блюда          | Пищевые вещества (г) |       |       | Выход блюда | Стоимость |
|----------------------------|-----------------------------|----------------------|-------|-------|-------------|-----------|
|                            |                             | Б                    | Ж     | У     |             | Ккал      |
| завтрак                    | Макаронные изделия отварные | 150/4                | 6     | 4     | 37          | 204       |
| полдник                    | Куры отварные (бедро)       | 70                   | 17,5  | 14,7  | 0,36        | 203       |
|                            | Соус томатный               | 30                   | 1     | 2     | 2           | 22        |
|                            | Чай витаминный              | 200/5                |       |       | 11          | 39        |
|                            | Бутерброд с маслом          | 50/8                 | 3,86  | 7,05  | 39,95       | 177,34    |
| Итого за завтрак (полдник) |                             | 517                  | 28,36 | 27,75 | 90,31       | 645,34    |
|                            |                             |                      |       |       |             | 59,76     |

СОГЛАСОВАНО  
Директор МБОУ СОШ  
Меню на 13 мая 2022 г.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор Резяпов А.Я.  
Меню на 13 мая 2022 г.

Рацион: дети из ММС, 5-11 классы

День: четверг

Неделя: 2

Возрастная категория: 5-11 классы

| Прием пищи                 | Наименование блюда     | Пищевые вещества (г) |    |    | Выход блюда | Стоимость |
|----------------------------|------------------------|----------------------|----|----|-------------|-----------|
|                            |                        | Б                    | Ж  | У  |             | Ккал      |
| завтрак                    | Каша молочная "Дружба" | 150/4                | 5  | 6  | 25          | 177       |
| полдник                    | Чай с сахаром          | 200                  |    |    | 9           | 25        |
|                            | Хлеб пшеничный         | 50                   | 4  | 40 | 118         | 128,03    |
|                            | Сок фруктовый          | 100                  | 1  | 13 | 46          | 495       |
| Итого за завтрак (полдник) |                        | 504                  | 10 | 59 | 87          | 366       |
|                            |                        |                      |    |    |             | 59,76     |

СОГЛАСОВАНО  
Директор МБОУ СОШ  
Меню на 12 мая 2022 г.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор Резяпов А.Я.  
Меню на 13 мая 2022 г.

Рацион: дети из ММС, 11 классы

День: четверг

Неделя: 2

Возрастная категория: 5-11 классы

| Прием пищи                 | Наименование блюда          | Пищевые вещества (г) |       |       | Выход блюда | Стоимость |
|----------------------------|-----------------------------|----------------------|-------|-------|-------------|-----------|
|                            |                             | Б                    | Ж     | У     |             | Ккал      |
| завтрак                    | Макаронные изделия отварные | 180/5                | 7     | 4     | 44          | 246       |
|                            | Куры отварные (бедро)       | 70                   | 17,5  | 14,7  | 0,36        | 203       |
|                            | Соус томатный               | 30                   | 1     | 2     | 2           | 22        |
|                            | Чай витаминный              | 200/5                |       |       | 11          | 39        |
|                            | Бутерброд с маслом          | 50/10                | 3,88  | 7,65  | 39,98       | 173,6     |
| Итого за завтрак (полдник) |                             | 550                  | 29,38 | 28,35 | 97,34       | 663,6     |
|                            |                             |                      |       |       |             | 67,21     |

СОГЛАСОВАНО  
Директор МБОУ СОШ  
Меню на 13 мая 2022 г.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор Резяпов А.Я.  
Меню на 13 мая 2022 г.

Рацион: дети из ММС, 5-11 классы

День: четверг

Неделя: 2

Возрастная категория: 5-11 классы

| Прием пищи                 | Наименование блюда     | Пищевые вещества (г) |    |    | Выход блюда | Стоимость |
|----------------------------|------------------------|----------------------|----|----|-------------|-----------|
|                            |                        | Б                    | Ж  | У  |             | Ккал      |
| завтрак                    | Каша молочная "Дружба" | 180/5                | 6  | 7  | 30          | 210       |
| полдник                    | Чай с сахаром          | 200                  |    |    | 9           | 25        |
|                            | Хлеб пшеничный         | 50                   | 4  | 40 | 118         | 128,03    |
|                            | Сок фруктовый          | 100                  | 1  | 13 | 46          | 495       |
| Итого за завтрак (полдник) |                        | 535                  | 11 | 7  | 92          | 399       |
|                            |                        |                      |    |    |             | 67,21     |



СОГЛАСОВАНО  
Директор МБОУ СОШ  
Директор Резяпов А.Я.  
УТВЕРЖДАЮ  
Директор Резяпов А.Я.  
Меню на 16 мая 2022 г.  
День: понедельник  
Неделя: 3  
Рацион: дети из ММС, 1-4 классы

| Прием пищи                 | Наименование блюда                | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |      |        | Ккал   | № рецепта | Стоимость |
|----------------------------|-----------------------------------|-------------|----------------------|------|--------|--------|-----------|-----------|
|                            |                                   |             | Б                    | Ж    | У      |        |           |           |
| завтрак                    | Макаронные изделия с тертым сыром | 150/8       | 8                    | 6    | 37     | 236    | 77,06     |           |
| полдник                    | Чай с лимоном и сахаром           | 200/7       | 0,063                | 0,01 | 10,19  | 42,28  | 94,02     |           |
|                            | Сок фруктовый                     | 100         | 1                    |      | 13     | 46     | 496       |           |
|                            | Хлеб пшеничный                    | 50          | 4                    |      | 40     | 118    | 128,03    |           |
| Итого за завтрак (полдник) |                                   | 515         | 13,063               | 6,01 | 100,19 | 442,28 |           | 59,76     |

СОГЛАСОВАНО  
Директор МБОУ СОШ  
Директор Резяпов А.Я.  
УТВЕРЖДАЮ  
Директор Резяпов А.Я.  
Меню на 17 мая 2022 г.  
День: вторник  
Неделя: 3  
Рацион: дети из ММС, 1-4 классы

| Прием пищи                 | Наименование блюда                | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |      |        | Ккал   | № рецепта | Стоимость |
|----------------------------|-----------------------------------|-------------|----------------------|------|--------|--------|-----------|-----------|
|                            |                                   |             | Б                    | Ж    | У      |        |           |           |
| завтрак                    | Макаронные изделия с тертым сыром | 150/8       | 8                    | 6    | 37     | 236    | 77,06     |           |
| полдник                    | Чай с лимоном и сахаром           | 200/7       | 0,063                | 0,01 | 10,19  | 42,28  | 94,02     |           |
|                            | Сок фруктовый                     | 100         | 1                    |      | 13     | 46     | 496       |           |
|                            | Хлеб пшеничный                    | 50          | 4                    |      | 40     | 118    | 128,03    |           |
| Итого за завтрак (полдник) |                                   | 515         | 13,063               | 6,01 | 100,19 | 442,28 |           | 59,76     |

СОГЛАСОВАНО  
Директор МБОУ СОШ  
Директор Резяпов А.Я.  
УТВЕРЖДАЮ  
Директор Резяпов А.Я.  
Меню на 18 мая 2022 г.  
День: среда  
Неделя: 3  
Рацион: дети из ММС, 1-4 классы

| Прием пищи                 | Наименование блюда                | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |      |        | Ккал   | № рецепта | Стоимость |
|----------------------------|-----------------------------------|-------------|----------------------|------|--------|--------|-----------|-----------|
|                            |                                   |             | Б                    | Ж    | У      |        |           |           |
| завтрак                    | Макаронные изделия с тертым сыром | 130/10      | 9                    | 7    | 44     | 283    | 77,04     |           |
| полдник                    | Чай с лимоном и сахаром           | 200/7       | 0,063                | 0,01 | 10,19  | 42,28  | 94,02     |           |
|                            | Сок фруктовый                     | 100         | 1                    |      | 13     | 46     | 496       |           |
|                            | Хлеб пшеничный                    | 50          | 4                    |      | 40     | 118    | 128,03    |           |
| Итого за завтрак (полдник) |                                   | 547         | 14,063               | 7,01 | 107,19 | 489,28 |           | 67,21     |

СОГЛАСОВАНО  
Директор МБОУ СОШ  
Директор Резяпов А.Я.  
УТВЕРЖДАЮ  
Директор Резяпов А.Я.  
Меню на 19 мая 2022 г.  
День: четверг  
Неделя: 3  
Рацион: дети из ММС, 1-4 классы

| Прием пищи                 | Наименование блюда                | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |      |        | Ккал   | № рецепта | Стоимость |
|----------------------------|-----------------------------------|-------------|----------------------|------|--------|--------|-----------|-----------|
|                            |                                   |             | Б                    | Ж    | У      |        |           |           |
| завтрак                    | Макаронные изделия с тертым сыром | 130/10      | 9                    | 7    | 44     | 283    | 77,04     |           |
| полдник                    | Чай с лимоном и сахаром           | 200/7       | 0,063                | 0,01 | 10,19  | 42,28  | 94,02     |           |
|                            | Сок фруктовый                     | 100         | 1                    |      | 13     | 46     | 496       |           |
|                            | Хлеб пшеничный                    | 50          | 4                    |      | 40     | 118    | 128,03    |           |
| Итого за завтрак (полдник) |                                   | 547         | 14,063               | 7,01 | 107,19 | 489,28 |           | 67,21     |

СОГЛАСОВАНО  
Директор МБОУ СОШ  
Директор Резяпов А.Я.  
УТВЕРЖДАЮ  
Директор Резяпов А.Я.  
Меню на 20 мая 2022 г.  
День: пятница  
Неделя: 3  
Рацион: дети из ММС, 1-4 классы

| Прием пищи                 | Наименование блюда      | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |    |       | Ккал   | № рецепта | Стоимость |
|----------------------------|-------------------------|-------------|----------------------|----|-------|--------|-----------|-----------|
|                            |                         |             | Б                    | Ж  | У     |        |           |           |
| завтрак                    | Помидоры порционные     | 40          |                      |    |       | 0,06   |           |           |
|                            | Каша гречневая          | 150/4       | 6                    | 5  | 35    | 224    | 65        |           |
|                            | Чай с лимоном и сахаром | 200/50      | 6                    | 9  | 2     | 115    | 47,16     |           |
|                            | Сок фруктовый           | 200         |                      |    |       | 14,97  | 59,85     | 57,02     |
|                            | Хлеб пшеничный          | 50          | 4                    |    | 40    | 118    | 128,03    |           |
| Итого за завтрак (полдник) |                         | 514         | 13                   | 14 | 91,97 | 515,91 |           | 59,76     |

СОГЛАСОВАНО  
Директор МБОУ СОШ  
Директор Резяпов А.Я.  
УТВЕРЖДАЮ  
Директор Резяпов А.Я.  
Меню на 21 мая 2022 г.  
День: суббота  
Неделя: 3  
Рацион: дети из ММС, 1-4 классы

| Прием пищи                 | Наименование блюда      | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |    |       | Ккал   | № рецепта | Стоимость |
|----------------------------|-------------------------|-------------|----------------------|----|-------|--------|-----------|-----------|
|                            |                         |             | Б                    | Ж  | У     |        |           |           |
| завтрак                    | Помидоры порционные     | 40          |                      |    |       | 0,06   |           |           |
|                            | Каша гречневая          | 150/4       | 6                    | 5  | 35    | 224    | 65        |           |
|                            | Чай с лимоном и сахаром | 200/50      | 6                    | 9  | 2     | 115    | 47,16     |           |
|                            | Сок фруктовый           | 200         |                      |    |       | 14,97  | 59,85     | 57,02     |
|                            | Хлеб пшеничный          | 50          | 4                    |    | 40    | 118    | 128,03    |           |
| Итого за завтрак (полдник) |                         | 514         | 13                   | 14 | 91,97 | 515,91 |           | 59,76     |

СОГЛАСОВАНО  
Директор МБОУ СОШ  
Директор Резяпов А.Я.  
УТВЕРЖДАЮ  
Директор Резяпов А.Я.  
Меню на 22 мая 2022 г.  
День: воскресенье  
Неделя: 3  
Рацион: дети из ММС, 1-4 классы

| Прием пищи                 | Наименование блюда      | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |    |        | Ккал   | № рецепта | Стоимость |
|----------------------------|-------------------------|-------------|----------------------|----|--------|--------|-----------|-----------|
|                            |                         |             | Б                    | Ж  | У      |        |           |           |
| завтрак                    | Помидоры порционные     | 40          |                      |    |        | 0,06   |           |           |
|                            | Каша гречневая          | 150/5       | 11                   | 6  | 49     | 297    | 65,02     |           |
|                            | Чай с лимоном и сахаром | 200/50      | 7                    | 9  | 2      | 115    | 47,16     |           |
|                            | Сок фруктовый           | 200         |                      |    |        | 14,97  | 59,85     | 57,02     |
|                            | Хлеб пшеничный          | 50          | 4                    |    | 40     | 118    | 128,03    |           |
| Итого за завтрак (полдник) |                         | 545,0       | 22                   | 15 | 105,97 | 589,91 |           | 67,21     |

СОГЛАСОВАНО  
Директор МБОУ СОШ  
Директор Резяпов А.Я.  
УТВЕРЖДАЮ  
Директор Резяпов А.Я.  
Меню на 23 мая 2022 г.  
День: понедельник  
Неделя: 3  
Рацион: дети из ММС, 1-4 классы

| Прием пищи                 | Наименование блюда      | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |    |        | Ккал   | № рецепта | Стоимость |
|----------------------------|-------------------------|-------------|----------------------|----|--------|--------|-----------|-----------|
|                            |                         |             | Б                    | Ж  | У      |        |           |           |
| завтрак                    | Помидоры порционные     | 40          |                      |    |        | 0,06   |           |           |
|                            | Каша гречневая          | 150/5       | 11                   | 6  | 49     | 297    | 65,02     |           |
|                            | Чай с лимоном и сахаром | 200/50      | 7                    | 9  | 2      | 115    | 47,16     |           |
|                            | Сок фруктовый           | 200         |                      |    |        | 14,97  | 59,85     | 57,02     |
|                            | Хлеб пшеничный          | 50          | 4                    |    | 40     | 118    | 128,03    |           |
| Итого за завтрак (полдник) |                         | 545,0       | 22                   | 15 | 105,97 | 589,91 |           | 67,21     |

СОГЛАСОВАНО  
Директор МБОУ СОШ  
УТВЕРЖДАЮ  
Директор Резяпов А.Я.  
Меню на 18 мая 2022 г.  
День: среда  
Неделя: 3

| Рацион: дети из МКДОУ «Детский сад № 17-11 лет |                            |                    |             |                      |       |        |        |            |           |
|------------------------------------------------|----------------------------|--------------------|-------------|----------------------|-------|--------|--------|------------|-----------|
| Неделя: 3                                      |                            |                    |             |                      |       |        |        |            |           |
| 4 классы                                       | Прием пищи                 | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |       |        | Кал    | № рецептур | Стоимость |
|                                                |                            |                    |             | Б                    | Ж     | У      |        |            |           |
|                                                | завтрак                    |                    | 60          | 0,47                 | 3,06  | 0,74   | 36,01  | 8,01       |           |
|                                                | полдник                    |                    | 150         | 14,2                 | 18,4  | 23,7   | 320    | 64         |           |
|                                                |                            |                    | 40          | 2                    | 2     | 30     | 146    | 515        |           |
|                                                |                            |                    | 200/5       |                      |       | 11     | 39     | 102,04     |           |
|                                                |                            |                    | 50          | 4                    |       | 40     | 118    | 128,03     |           |
|                                                | Итого за завтрак (полдник) |                    | 505         | 20,67                | 23,46 | 105,44 | 659,01 |            | 59,76     |

СОГЛАСОВАНО  
Директор МБОУ СОШ  
УТВЕРЖДАЮ  
Директор Резяпов А.Я.  
Меню на 19 мая 2022 г.  
День: четверг  
Неделя: 3

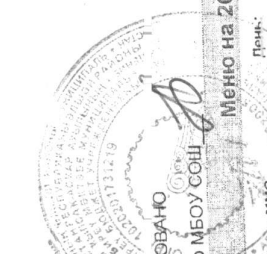
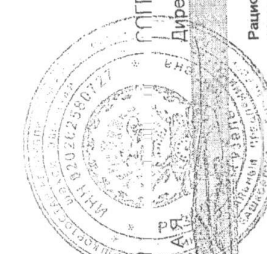
|                                   |                              |                |                                  |       |       |                            |
|-----------------------------------|------------------------------|----------------|----------------------------------|-------|-------|----------------------------|
| Рацион детей из ММС,<br>14 ноября |                              | День: четверг  | Возрастная категория:<br>3-7 лет |       |       |                            |
| Подпись:                          |                              | 3              |                                  |       |       |                            |
| Прием пищи                        | Наименование блюда (заказ)   | Выход<br>блюда | Пищевые вещества (г)             |       |       | № рецептур<br>Калорийность |
|                                   |                              |                | 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                     |
|                                   | Чай с лимоном и сахаром      | 200/7          | 0,053                            | 0,01  | 10,19 | 42,28 94,02                |
|                                   | Бутерброд с маслом           | 50/8           | 3,86                             | 7,85  | 39,95 | 177,34 128,02              |
| Итого за завтрак(полдник) и обед  |                              | 489            | 18,923                           | 16,06 | 74,14 | 448,62 59,76               |

СОГЛАСОВАНО  
Директор МБОУ СОШ  
УТВЕРЖДАЮ  
Директор Резяпов А.Я.  
Меню на 18 мая 2022 г.  
День: среда  
Неделя: 3

| Прием пищи                 | Наименование блюда      | Выход блюда | (г)   |       |        | Кал    | № рецептур | Стоимость |
|----------------------------|-------------------------|-------------|-------|-------|--------|--------|------------|-----------|
|                            |                         |             | Б     | Ж     | У      |        |            |           |
| завтрак                    | Салат из свежих огурцов | 60          | 0,47  | 3,06  | 0,74   | 36,01  | 8,01       |           |
|                            |                         | полдник     | 180   | 13    | 23     | 36     | 333        | 64,07     |
| полдник                    | Плов из куриного филе   | 40          | 2     | 2     | 30     | 146    | 515        |           |
|                            | Пряник                  | 200/5       |       |       | 11     | 39     | 102,04     |           |
|                            | Чай витаминный          | 50          | 4     |       | 40     | 118    | 128,03     |           |
| Хлеб пшеничный             |                         | 535         | 19,47 | 28,06 | 117,74 | 722,01 |            | 67,21     |
| Итого за завтрак (полдник) |                         |             |       |       |        |        |            |           |

СОГЛАСОВАНО  
Директор МБОУ СОШ  
УТВЕРЖДАЮ  
Директор Резяпов А.Я.  
Меню на 19 мая 2022 г.  
День: четверг  
Неделя: 3

| Рацион для детей 5 лет, 11 классов |                                | Неделя: 3        |   | 12-13-е классы |       |            |            |           |        |
|------------------------------------|--------------------------------|------------------|---|----------------|-------|------------|------------|-----------|--------|
| Прием пищи                         | Наименование блюда или напитка | Пищевые вещества |   |                |       |            | № рецептур | Стоимость |        |
|                                    |                                | Б                | Ж | У              | (г)   | Кал (ккал) |            |           |        |
| завтрак                            | Картофельное пюре              |                  |   |                | 4     | 5          | 25         | 168       | 107,02 |
| полдник                            | Рыба (филе) тушен. с овощами   |                  |   |                | 8     | 2          | 2          | 62        | 520    |
|                                    | чай с лимоном и сахаром        |                  |   |                | 0,063 | 0,01       | 10,19      | 42,28     | 94,02  |
|                                    | Бутерброд с маслом             |                  |   |                | 3,88  | 7,05       | 39,98      | 173,6     | 128,03 |
| Итого за завтрак(полдник) и обед   |                                |                  |   |                | 542   | 15,943     | 14,66      | 73,17     | 445,68 |
|                                    |                                |                  |   |                |       |            |            |           | 67,21  |



УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.А.  
Директор МБОУ СОШ

Меню на 20 мая 2022 г.

пятница

Неделя: 3

Возрастная категория: 12 лет и старше

Рацион: дети из МНС

11 классы

Выход блюда

Пищевые вещества (г)

Б Ж У

Кал

№ рецептур

Стоимость

Прием пищи

Наименование блюда

завтрак

Каша пшеничная молочная

Чай с сахаром

Хлеб пшеничный

Фрукты

Итого за завтрак (полдник)

180/4,5

200

50

140

574,5

7

8

33

25

40

13

95

230

92,03

118

46

419

73,02

92,03

125,03

496

789,08

67,21

7-11 лет

Возрастная категория: 7-11 лет

Рацион: дети из МНС

1-4 классы

Выход блюда

Пищевые вещества (г)

Б Ж У

Кал

№ рецептур

Стоимость

Прием пищи

Наименование блюда

завтрак

Каша пшеничная молочная

Чай с сахаром

Хлеб пшеничный

Фрукты

Итого за завтрак (полдник)

150/4

200

50

140

544

6

7

27

9

40

13

89

191

25

118

46

380

92,03

128,03

496

101,02

59,76

7-11 лет

Возрастная категория: 7-11 лет

Рацион: дети из МНС

1-4 классы

Выход блюда

Пищевые вещества (г)

Б Ж У

Кал

№ рецептур

Стоимость

Прием пищи

Наименование блюда

завтрак

Каша рисовая рассыпчатая

Котлеты из мяса птицы

Соус томатный

Чай с сахаром

Бутерброд с повидлом

Итого за завтрак (полдник)

150/4

60

30

200

50/15

508

4,05

9

1

2

10

0,45

15,82

38,92

5

2

10

49,6

105,52

209,86

126

22

40

155

552,96

67,01

485,01

91,01

92,03

3,04

12

Возрастная категория: 12 лет и старше

Рацион: дети из МНС

5-11 классы

Выход блюда

Пищевые вещества (г)

Б Ж У

Кал

№ рецептур

Стоимость

Прием пищи

Наименование блюда

завтрак

Каша рисовая рассыпчатая

Котлеты из мяса птицы

Соус томатный

Чай с сахаром

Бутерброд с повидлом

Итого за завтрак (полдник)

180/5

60

30

200

50/15

540

4,66

9

1

2

10

0,45

17,75

40,12

5

22

40

155

570,88

67,02

486,01

91,01

92,03

3,04

12

Возрастная категория: 12 лет и старше

Рацион: дети из МНС

5-11 классы

Выход блюда

Пищевые вещества (г)

Б Ж У

Кал

№ рецептур

Стоимость

Прием пищи

Наименование блюда

завтрак

Каша рисовая рассыпчатая

Котлеты из мяса птицы

Соус томатный

Чай с сахаром

Бутерброд с повидлом

Итого за завтрак (полдник)

180/5

60

30

200

50/15

540

4,66

9

1

2

10

0,45

17,75

40,12

5

22

40

155

570,88

67,02

486,01

91,01

92,03

3,04

12

Возрастная категория: 12 лет и старше

Рацион: дети из МНС

5-11 классы

Выход блюда

Пищевые вещества (г)

Б Ж У

Кал

№ рецептур

Стоимость

Прием пищи

Наименование блюда

завтрак

Каша рисовая рассыпчатая

Котлеты из мяса птицы

Соус томатный

Чай с сахаром

Бутерброд с повидлом

Итого за завтрак (полдник)

180/5

60

30

200

50/15

540

4,66

9

1

2

10

0,45

17,75

40,12

5

22

40

155

570,88

67,02

486,01

91,01

92,03

3,04

12

Возрастная категория: 12 лет и старше

Рацион: дети из МНС

5-11 классы

Выход блюда

Пищевые вещества (г)

Б Ж У

Кал

№ рецептур

Стоимость

Прием пищи

Наименование блюда

завтрак

Каша рисовая рассыпчатая

Котлеты из мяса птицы

Соус томатный

Чай с сахаром

Бутерброд с повидлом

Итого за завтрак (полдник)

180/5

60

30

200

50/15

540

4,66

9

1

2

10

0,45

17,75

40,12

5

22

40

155

570,88

67,02

486,01

91,01

92,03

3,04

12

Возрастная категория: 12 лет и старше

Рацион: дети из МНС

5-11 классы

Выход блюда

Пищевые вещества (г)

Б Ж У

Кал

№ рецептур

Стоимость

Прием пищи

Наименование блюда

завтрак

Каша рисовая рассыпчатая

Котлеты из мяса птицы

Соус томатный

Чай с сахаром

Бутерброд с повидлом

Итого за завтрак (полдник)



СОГЛАСОВАНО  
Директор МБОУ СОШ  
УТВЕРЖДАЮ  
Директор Резяпов А.Я.

Меню на 24 мая 2022 г.

Рацион детей из МНС,  
11 классы  
День: четверг  
Неделя: 4  
Возрастная категория: 12 лет и старше

| Прием пищи                 | Наименование блюда          | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |       |       |  | Ккал  | № рецептур | Стоимость |
|----------------------------|-----------------------------|-------------|----------------------|-------|-------|--|-------|------------|-----------|
|                            |                             |             | Б                    | Ж     | У     |  |       |            |           |
| завтрак                    | Макаронные изделия отварные | 180/5       | 7                    | 4     | 44    |  | 246   | 77.02      |           |
|                            | Куры отварные(безро)        | 70          | 17.5                 | 14.7  | 0.36  |  | 203   | 521        |           |
|                            | Соус томатный               | 30          | 1                    | 2     | 2     |  | 22    | 91.01      |           |
|                            | Чай витаминный              | 200/5       |                      |       | 11    |  | 39    | 102.04     |           |
|                            | Бутерброд с маслом          | 50/10       | 3.88                 | 7.65  | 39.98 |  | 173.6 | 128.03     |           |
| Итого за завтрак (полдник) |                             | 550         | 29.38                | 28.35 | 97.34 |  | 683.6 |            | 67.21     |

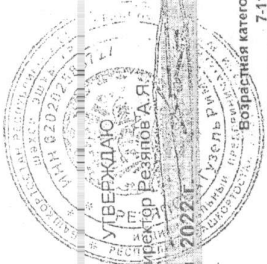


СОГЛАСОВАНО  
Директор МБОУ СОШ  
УТВЕРЖДАЮ  
Директор Резяпов А.Я.

Меню на 25 мая 2022 г.

Рацион детей из МНС,  
11 классы  
День: среда  
Неделя: 4  
Возрастная категория: 12 лет и старше

| Прием пищи                 | Наименование блюда          | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |    |        |  | Ккал   | № рецептур | Стоимость |
|----------------------------|-----------------------------|-------------|----------------------|----|--------|--|--------|------------|-----------|
|                            |                             |             | Б                    | Ж  | У      |  |        |            |           |
| завтрак                    | Помидоры порционные         | 40          |                      |    |        |  | 0.06   |            |           |
|                            | Каша гречневая рассыпчатая  | 180/5       | 11                   | 6  | 48     |  | 297    | 65.02      |           |
|                            | Гуляш из говядины с овощами | 20/50       | 7                    | 9  | 2      |  | 115    | 47.16      |           |
|                            | Компот из смеси сухофруктов | 200         |                      |    | 14.97  |  | 59.85  | 97.02      |           |
|                            | Хлеб пшеничный              | 50          | 4                    |    | 40     |  | 118    | 128.03     |           |
| Итого за завтрак (полдник) |                             | 645         | 22                   | 15 | 105.97 |  | 589.91 |            | 67.21     |



СОГЛАСОВАНО  
Директор МБОУ СОШ  
УТВЕРЖДАЮ  
Директор Резяпов А.Я.

Меню на 24 мая 2022 г.

Рацион детей из МНС,  
1-4 классы  
День: четверг  
Неделя: 4  
Возрастная категория: 7-11 лет

| Прием пищи                 | Наименование блюда          | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |       |       |  | Ккал   | № рецептур | Стоимость |
|----------------------------|-----------------------------|-------------|----------------------|-------|-------|--|--------|------------|-----------|
|                            |                             |             | Б                    | Ж     | У     |  |        |            |           |
| завтрак                    | Макаронные изделия отварные | 150/4       | 6                    | 4     | 37    |  | 204    | 77.01      |           |
|                            | Куры отварные(безро)        | 70          | 17.5                 | 14.7  | 0.36  |  | 203    | 521        |           |
|                            | Соус томатный               | 30          | 1                    | 2     | 2     |  | 22     | 91.01      |           |
|                            | Чай витаминный              | 200/5       |                      |       | 11    |  | 39     | 102.04     |           |
|                            | Бутерброд с маслом          | 50/8        | 3.88                 | 7.65  | 39.95 |  | 177.34 | 128.02     |           |
| Итого за завтрак (полдник) |                             | 517         | 28.36                | 27.75 | 90.31 |  | 645.34 |            | 59.76     |



СОГЛАСОВАНО  
Директор МБОУ СОШ  
УТВЕРЖДАЮ  
Директор Резяпов А.Я.

Меню на 25 мая 2022 г.

Рацион детей из МНС,  
1-4 классы  
День: среда  
Неделя: 4  
Возрастная категория: 7-11 лет

| Прием пищи                 | Наименование блюда          | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |    |       |  | Ккал   | № рецептур | Стоимость |
|----------------------------|-----------------------------|-------------|----------------------|----|-------|--|--------|------------|-----------|
|                            |                             |             | Б                    | Ж  | У     |  |        |            |           |
| завтрак                    | Помидоры порционные         | 40          |                      |    |       |  | 0.06   |            |           |
|                            | Каша гречневая рассыпчатая  | 150/4       | 8                    | 5  | 35    |  | 224    | 65         |           |
|                            | Гуляш из говядины с овощами | 20/50       | 6                    | 9  | 2     |  | 115    | 47.16      |           |
|                            | Компот из смеси сухофруктов | 200         |                      |    | 14.97 |  | 59.85  | 97.02      |           |
|                            | Хлеб пшеничный              | 50          | 4                    |    | 40    |  | 118    | 128.03     |           |
| Итого за завтрак (полдник) |                             | 514         | 18                   | 14 | 91.97 |  | 516.91 |            | 59.76     |



СОГЛАСОВАНО  
Директор МБОУ СОШ  
Меню на 26 мая 2022 г.  
Рацион: дети из ММС, 1-4 классы.  
День: четверг  
Неделя: 4  
Возрастная категория: 7-14 лет.

| Прием пищи                 | Наименование блюда           | Пищевые вещества (г) |        |      |       | Выход блюда | Кал    | № рецептур | Стоимость |
|----------------------------|------------------------------|----------------------|--------|------|-------|-------------|--------|------------|-----------|
|                            |                              | Б                    | Ж      | У    | Кал   |             |        |            |           |
| завтрак                    |                              |                      |        |      |       |             |        |            |           |
| полдник                    |                              |                      |        |      |       |             |        |            |           |
|                            | Орочки свежие порционные     | 40                   | 0      | 0    | 4     | 469         |        |            |           |
|                            | Картофельное пюре            | 150/4                | 3      | 5    | 22    | 140         | 107    |            |           |
|                            | Рыба (филе) тушен. с овощами | 30/40                | 12     | 4    | 2     | 89          | 434    |            |           |
|                            | Чай с лимоном и сахаром      | 200/7                | 0,063  | 0,01 | 10,19 | 42,28       | 94,02  |            |           |
|                            | Хлеб пшеничный               | 50                   | 4      |      | 40    | 118         | 128,03 |            |           |
| Итого за завтрак (полдник) |                              | 521                  | 19,063 | 9,01 | 74,19 | 393,28      |        |            | 59,76     |

СОГЛАСОВАНО  
Директор МБОУ СОШ  
Меню на 26 мая 2022 г.  
Рацион: дети из ММС, 11 классы.  
День: четверг  
Неделя: 4  
Возрастная категория: 12 лет и старше.

| Прием пищи                 | Наименование блюда           | Пищевые вещества (г) |        |      |       | Выход блюда | Кал    | № рецептур | Стоимость |
|----------------------------|------------------------------|----------------------|--------|------|-------|-------------|--------|------------|-----------|
|                            |                              | Б                    | Ж      | У    | Кал   |             |        |            |           |
| завтрак                    |                              |                      |        |      |       |             |        |            |           |
| полдник                    |                              |                      |        |      |       |             |        |            |           |
|                            | Орочки свежие порционные     |                      |        |      | 7     | 469         |        |            |           |
|                            | Картофельное пюре            | 150/4                | 3      | 5    | 22    | 140         | 107    |            |           |
|                            | Рыба (филе) тушен. с овощами | 40/50                | 8      | 2    | 2     | 62          | 520    |            |           |
|                            | Чай с лимоном и сахаром      | 200/7                | 0,063  | 0,01 | 10,19 | 42,28       | 94,02  |            |           |
|                            | Хлеб пшеничный               | 50                   | 4      |      | 40    | 118         | 128,03 |            |           |
| Итого за завтрак (полдник) |                              | 561                  | 15,063 | 7,01 | 74,19 | 369,28      |        |            | 67,21     |

СОГЛАСОВАНО  
Директор МБОУ СОШ  
Меню на 27 мая 2022 г.  
Рацион: дети из ММС, 1-4 классы.  
День: четверг  
Неделя: 4  
Возрастная категория: 7-14 лет.

| Прием пищи                 | Наименование блюда           | Пищевые вещества (г) |       |      |       | Выход блюда | Кал    | № рецептур | Стоимость |
|----------------------------|------------------------------|----------------------|-------|------|-------|-------------|--------|------------|-----------|
|                            |                              | Б                    | Ж     | У    | Кал   |             |        |            |           |
| завтрак                    |                              |                      |       |      |       |             |        |            |           |
| полдник                    |                              |                      |       |      |       |             |        |            |           |
|                            | Орочки свежие порционные     | 40                   | 0     | 0    | 4     | 469         |        |            |           |
|                            | Картофельное пюре            | 150/4                | 3     | 5    | 22    | 140         | 107    |            |           |
|                            | Рыба (филе) тушен. с овощами | 30/40                | 12    | 4    | 2     | 89          | 434    |            |           |
|                            | Чай с лимоном и сахаром      | 200/7                | 0,063 | 0,01 | 10,19 | 42,28       | 94,02  |            |           |
|                            | Хлеб пшеничный               | 50                   | 4     |      | 40    | 118         | 128,03 |            |           |
| Итого за завтрак (полдник) |                              | 504                  | 10    | 6    | 87    | 356         |        |            | 59,76     |

СОГЛАСОВАНО  
Директор МБОУ СОШ  
Меню на 27 мая 2022 г.  
Рацион: дети из ММС, 11 классы.  
День: четверг  
Неделя: 4  
Возрастная категория: 12 лет и старше.

| Прием пищи                 | Наименование блюда           | Пищевые вещества (г) |        |      |       | Выход блюда | Кал    | № рецептур | Стоимость |
|----------------------------|------------------------------|----------------------|--------|------|-------|-------------|--------|------------|-----------|
|                            |                              | Б                    | Ж      | У    | Кал   |             |        |            |           |
| завтрак                    |                              |                      |        |      |       |             |        |            |           |
| полдник                    |                              |                      |        |      |       |             |        |            |           |
|                            | Орочки свежие порционные     |                      |        |      | 7     | 469         |        |            |           |
|                            | Картофельное пюре            | 150/4                | 3      | 5    | 22    | 140         | 107    |            |           |
|                            | Рыба (филе) тушен. с овощами | 40/50                | 8      | 2    | 2     | 62          | 520    |            |           |
|                            | Чай с лимоном и сахаром      | 200/7                | 0,063  | 0,01 | 10,19 | 42,28       | 94,02  |            |           |
|                            | Хлеб пшеничный               | 50                   | 4      |      | 40    | 118         | 128,03 |            |           |
| Итого за завтрак (полдник) |                              | 561                  | 15,063 | 7,01 | 74,19 | 369,28      |        |            | 67,21     |



СОГЛАСОВАНО  
Директор МБОУ СОШ  
Меню на 30 мая 2022 г.  
Рацион: дети из ММС, 1-4 классы, понедельник  
Неделя: 5  
Возрастная категория: 7-11 лет

УТВЕРЖДАЮ  
Директор Резяпов А.Я.  
Меню на 30 мая 2022 г.  
Рацион: дети из ММС, 1-4 классы, понедельник  
Неделя: 5  
Возрастная категория: 7-11 лет

| Прием пищи                 | Наименование блюда                | Пищевые вещества (г) |        |       |        | Выход блюда | № рецептур | Стоимость |
|----------------------------|-----------------------------------|----------------------|--------|-------|--------|-------------|------------|-----------|
|                            |                                   | Б                    | Ж      | У     | Ккал   |             |            |           |
| завтрак                    | Макаронные изделия с тертым сыром | 150/8                | 8      | 37    | 236    | 77,06       |            |           |
| полдник                    | Чай с лимоном и сахаром           | 200/7                | 0,063  | 10,19 | 42,28  | 94,02       |            |           |
|                            | Сок фруктовый                     | 100                  | 1      | 13    | 46     | 496         |            |           |
|                            | Хлеб пшеничный                    | 50                   | 4      | 40    | 118    | 128,03      |            |           |
| Итого за завтрак (полдник) |                                   | 515                  | 13,063 | 6,01  | 100,19 | 442,28      |            | 59,76     |

СОГЛАСОВАНО  
Директор МБОУ СОШ  
Меню на 31 мая 2022 г.  
Рацион: дети из ММС, 1-4 классы, вторник  
Неделя: 5  
Возрастная категория: 7-11 лет

УТВЕРЖДАЮ  
Директор Резяпов А.Я.  
Меню на 31 мая 2022 г.  
Рацион: дети из ММС, 1-4 классы, вторник  
Неделя: 5  
Возрастная категория: 7-11 лет

| Прием пищи                 | Наименование блюда          | Пищевые вещества (г) |    |       |       | Выход блюда | № рецептур | Стоимость |
|----------------------------|-----------------------------|----------------------|----|-------|-------|-------------|------------|-----------|
|                            |                             | Б                    | Ж  | У     | Ккал  |             |            |           |
| завтрак                    | Помидоры порционные         | 40                   |    |       | 0,06  |             |            |           |
|                            | Каша гречневая рассыпчатая  | 150/4                | 8  | 35    | 224   | 65          |            |           |
|                            | Тушеная говядина с овощами  | 20/50                | 8  | 9     | 2     | 115         | 47,16      |           |
|                            | Компот из смеси сухофруктов | 200                  |    | 14,97 | 59,85 | 97,02       |            |           |
|                            | Хлеб пшеничный              | 50                   | 4  | 40    | 118   | 128,03      |            |           |
| Итого за завтрак (полдник) |                             | 514                  | 18 | 14    | 91,97 | 516,91      |            | 59,76     |

СОГЛАСОВАНО  
Директор МБОУ СОШ  
Меню на 30 мая 2022 г.  
Рацион: дети из ММС, 11 классы, понедельник  
Неделя: 5  
Возрастная категория: лет и старше

УТВЕРЖДАЮ  
Директор Резяпов А.Я.  
Меню на 30 мая 2022 г.  
Рацион: дети из ММС, 11 классы, понедельник  
Неделя: 5  
Возрастная категория: лет и старше

| Прием пищи                 | Наименование блюда                | Пищевые вещества (г) |        |       |        | Выход блюда | № рецептур | Стоимость |
|----------------------------|-----------------------------------|----------------------|--------|-------|--------|-------------|------------|-----------|
|                            |                                   | Б                    | Ж      | У     | Ккал   |             |            |           |
| завтрак                    | Макаронные изделия с тертым сыром | 180/10               | 9      | 7     | 44     | 283         | 77,04      |           |
| полдник                    | Чай с лимоном и сахаром           | 200/7                | 0,063  | 10,19 | 42,28  | 94,02       |            |           |
|                            | Сок фруктовый                     | 100                  | 1      | 13    | 46     | 496         |            |           |
|                            | Хлеб пшеничный                    | 50                   | 4      | 40    | 118    | 128,03      |            |           |
| Итого за завтрак (полдник) |                                   | 547                  | 14,063 | 7,01  | 107,19 | 489,28      |            | 67,21     |

СОГЛАСОВАНО  
Директор МБОУ СОШ  
Меню на 31 мая 2022 г.  
Рацион: дети из ММС, 11 классы, вторник  
Неделя: 5  
Возрастная категория: лет и старше

УТВЕРЖДАЮ  
Директор Резяпов А.Я.  
Меню на 31 мая 2022 г.  
Рацион: дети из ММС, 11 классы, вторник  
Неделя: 5  
Возрастная категория: лет и старше

| Прием пищи                 | Наименование блюда          | Пищевые вещества (г) |    |       |        | Выход блюда | № рецептур | Стоимость |
|----------------------------|-----------------------------|----------------------|----|-------|--------|-------------|------------|-----------|
|                            |                             | Б                    | Ж  | У     | Ккал   |             |            |           |
| завтрак                    | Помидоры порционные         | 40                   |    |       | 0,06   |             |            |           |
|                            | Каша гречневая рассыпчатая  | 180/5                | 11 | 6     | 49     | 297         | 65,02      |           |
|                            | Тушеная говядина с овощами  | 20/50                | 7  | 9     | 2      | 115         | 47,16      |           |
|                            | Компот из смеси сухофруктов | 200                  |    | 14,97 | 59,85  | 97,02       |            |           |
|                            | Хлеб пшеничный              | 50                   | 4  | 40    | 118    | 128,03      |            |           |
| Итого за завтрак (полдник) |                             | 545,0                | 22 | 15    | 105,97 | 589,91      |            | 67,21     |