



УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 1 октября 2021 г

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

День: пятница
Неделя: 1
Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины	Нерецепт/стоимость
			Б	Ж	У	ккал	С	С
завтрак полдник	Каша молочная "Дружба"	150/4	5	6	25	177	1	74
	Чай с сахаром	200			10	40		92.04
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118		128.03
	Повидло	15			10	38		
	Яблоки	120			12	56	12	101.03
Итого за завтрак (полдник)		539	9	6	97	429	13	57,43 р
обед	Салат Витаминный	60	1	3	7	62	20	113
	Суп картофельный с бобовыми	200	5	7	18	104	10	33.04
	Картофель тушеный из филе кур с овощами	200	15	20	24	306	33	151.07
	Кисель из концентрата	200			10	40		
	Хлеб пшеничный	50	3.8	0.45	39.85	117.5		99.01
Итого за обед		710	24.8	30.45	98.85	629.5	63	64,23 р.
Стоимость завтрака(полдника) и обеда		1249	33.8	36.45	195.85	1058.5	76	121,66р



УТВЕРЖДАЮ

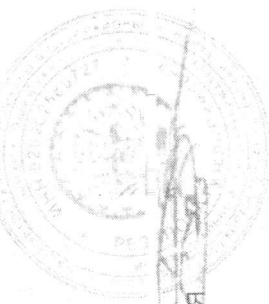
Директор Резяпов А.Я.

Меню на 1 октября 2021 г

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

День: пятница
Неделя: 1
Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины	Нерецепт/стоимость
			Б	Ж	У	ккал	А	С
завтрак полдник	Каша молочная "Дружба"	180/5	6	7	30	210	1	74.02
	Чай с сахаром	200			10	40		92.04
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118		128.03
	Повидло	15			10	38		
	Яблоки	120			12	56	12	101.03
Итого за завтрак (полдник)		570	10	7	102	462	13	64,32р
обед	Салат Витаминный	80	1	4	10	83	27	113.01
	Суп картофельный с бобовыми	250	6	8	23	130	13	33.02
	Картофель тушеный из филе кур с овощами	200	15	20	24	306	33	151.07
	Кисель из концентрата	200			10	40		
	Хлеб пшеничный	70	5.32	0.63	55.19	164.5		99.01
Итого за обед		800	27.32	32.63	122.19	723.5	73	74,20р
Стоимость завтрака(полдника) и обеда		1370	37.32	39.63	224.19	1185.5	86	138,52р.



УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.А.

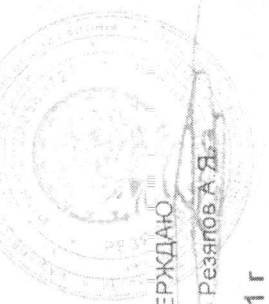
Меню на 4 октября 2021 г

Возрастная категория:
12 лет и старше

День: понедельник
Неделя: 2

Рацион: Дети с ОБЗ и Дети-инвалиды (5-11 классы)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витаминизация	Нерецептурные
			Б	Ж	У			
завтрак	Макаронные изделия отварные	180/5	7	4	44	246		77,02
	Гуляш из куриного филе	40/50	12	16	4	174	4	47,05
	Напиток из свежих мороженых ягод	200/10	1		21	89		102,03
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118		128,03
	Повидло	15			10	38		
Итого за завтрак (полдник)			550	24	20	119	665	4 64,32р
обед	Свекла отварная	40	1		4	17	4	14
	Щи из свежей капусты с картофелем	250/10	5	11	10	88	31	10,03
	Каша перловая рассыпчатая	180/5	6	4	40	222		66,02
	Азу из говядины	35/30	10	14	2	170	2	44,02
	Чай с сахаром	200			10	40		92,02
Итого за обед			70	5,32	0,63	55,19	164,5	99,01
Итого за обед			820	27,32	29,63	121,19	701,5	37 74,20р
Стоимость завтрака(полдника) и обеда			1370	51,32	49,63	240,19	1366,5	41 138,52р.



УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.А.

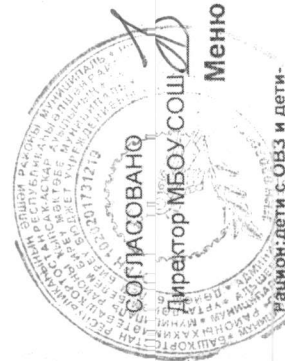
Меню на 4 октября 2021 г

Возрастная категория:
7-11 лет

День: понедельник
Неделя: 2

Рацион: Дети с ОБЗ и Дети-инвалиды (1-4 классы)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витаминизация	Нерецептурные
			Б	Ж	У			
завтрак	Макаронные изделия отварные	150/4	6	4	37	204		77,01
	Гуляш из куриного филе	20/50	6	10	4	114	3	47,08
	Напиток из свежих мороженых ягод	200/10	1		21	89		102,03
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118		128,03
	Повидло	15			10	38		
Итого за завтрак (полдник)			499	17	14	112	563	3 57,43 р
обед	Свекла отварная	40	1		4	17	4	14
	Щи из свежей капусты с картофелем	200/8	4	8	8	73	25	10,01
	Каша перловая рассыпчатая	150/4	5	3	34	184		66,01
	Азу из говядины	35/30	10	14	2	170	2	44,02
	Чай с сахаром	200			10	40		92,02
Итого за обед			50	3,8	0,45	39,85	117,5	99,01
Итого за обед			717	23,8	25,45	97,85	601,5	31 64,23
Стоимость завтрака(полдника) и обеда			1216	40,8	39,45	209,85	1164,5	34 121,66р



СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ № 1
УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.Я.

Меню на 5 октября 2021 г.

Рацион: дети с ОВЗ и дети-инвалиды (1-4 классы)
День: вторник
Неделя: 2
Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины	Нерецептоскопическая
			Б	Ж	У		С	
завтрак	Салат Морковоча школьный	60	1	5	4	61	3	72.02
полдник	Жаркое по-Домашнему из говядины	180	13	14	24	277	30	480
	Чай с сахаром	200			10	40		92.02
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118		128.03
	Сыр голландский	10	2	3		38		493
Итого за завтрак (полдник)		500	20	22	78	534	33	57,43 р
обед								
	Суп картофельный с крупой пшенной	250	5	9	20	120	18	31.08
	Каша рисовая рассыпчатая	150/4	4	4	39	210		67.01
	Рыба, тушеная в томате с овощами	60	8	2	2	62	2	
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	3	94.02
	Хлеб пшеничный	50	3.8	0.45	39.85	117.5		99.01
Итого за обед		721	20.8	15.45	110.85	551.5	23	64,23 р.
Стоимость завтрака(полдника) и обеда		1221	40.8	37.45	188.85	1085.5	56	121,66р



СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ № 1
УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.Я.

Меню на 5 октября 2021 г.

Рацион: дети с ОВЗ и дети-инвалиды (9-11 классы)
День: вторник
Неделя: 2
Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины	Нерецептоскопическая
			Б	Ж	У		С	
завтрак	Салат Морковоча школьный	80	1	6	5	81	4	72.03
полдник	Жаркое по-Домашнему из говядины	210	15	16	28	323	35	480
	Чай с сахаром	200			10	40		92.02
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118		128.03
	Сыр голландский	15	4	5		56		493
Итого за завтрак (полдник)		555	24	27	83	618	39	64,32р
обед								
	Суп картофельный с крупой пшенной	250	5	9	20	120	18	31.08
	Каша рисовая рассыпчатая	180/5	5	5	40	228		64.02
	Рыба, тушеная в томате с овощами	80	11	3	3	83	2	502
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	3	94.02
	Хлеб пшеничный	70	5.32	0.63	55.19	164.5		99.01
Итого за обед		792	26.32	17.63	128.19	637.5	23	74,20р
Стоимость завтрака(полдника) и обеда		1347	50.32	44.63	211.19	1255.5	62	138,52р.

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ № 1

УТВЕРЖДАЮ

Директор Рязанова А.Я.

Меню на 6 октября 2021 г.

День: среда

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

Неделя: 2

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамин С	Нерецеп / стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Салат из белокочанной капусты	60	1	3	7	63	32	5,01
	Плов из куриного филе	200	14	26	40	423	4	64,01
	Компот из смеси сухофруктов	200		15	60	60		97,02
	Хлеб пшеничный	50	4	40	118	118		128,03
	Итого за завтрак (полдник)	510	19	29	102	664	36	57,43 р
обед	Салат из моркови	60	1	6	7	84	3	17
	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	5	8	22	121	18	29,02
	Овощное рагу с филе кур	160	11	15	11	198	25	491,01
	Кисель из концентрата	200		10	40	40		
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,45	39,85	117,5		99,01
Итого за обед		720	20,8	29,45	89,85	560,5	46	64,23 р.
Стоимость завтрака(полдника) и обеда		1230	39,8	58,45	191,85	1224,5	82	121,66р

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ № 1

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 6 октября 2021 г.

День: среда

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

Неделя: 2

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамин С	Нерецеп / стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Салат из белокочанной капусты	80	2	4	9	83	42	5,02
	Плов из куриного филе	220	15	28	44	462	4	64,02
	Компот из смеси сухофруктов	200		15	60	60		97,02
	Хлеб пшеничный	50	4	40	118	118		128,03
	Итого за завтрак (полдник)	550	21	32	108	723	46	64,32р
обед	Салат из моркови	80	1	8	9	112	3	17,01
	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	5	8	22	121	18	29,02
	Овощное рагу с филе кур	200	14	18	16	251	32	491,04
	Кисель из концентрата	200		10	40	40		
	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,63	55,19	164,5		99,01
Итого за обед		800	25,32	34,63	112,19	688,5	53	74,20р
Стоимость завтрака(полдника) и обеда		1350	46,32	66,63	220,19	1411,5	99	138,52р.



УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ № 1

Меню на 7 октября 2021 г.

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

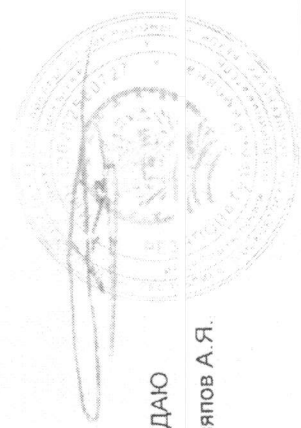
День: четверг

Неделя: 2

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамин С	Нарезанность
			Б	Ж	У			
завтрак полдник	Каша гречневая рассыпчатая	150/4	8	5	35	224		65
	Рыба, тушеная в томате с овощами	60	8	2	2	62	2	
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	3	94,02
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118		128,03
	Кефир	100	3	3	4	59	1	106,07
Итого за завтрак (полдник)		571	23	10	91	505	6	574,3 р

обед	Салат луковый	30		3	2	39	3	47
	Борщ с капустой и картофелем	200/8	4	8	11	81	17	27,01
	Макаронные изделия отварные	150/4	6	4	37	204		77,01
	Гуляш из говядины с овощами	20/50	6	9	2	115	3	47,07
	Чай с сахаром	200			10	40		92,04
Итого за обед	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,45	39,85	117,5		99,01
		712	19,8	24,45	101,85	596,5	23	64,23 р.
Стоимость завтрака(полдника) и обеда		1283	42,8	34,45	192,85	1101,5	29	121,66р



УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 7 октября 2021 г.

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

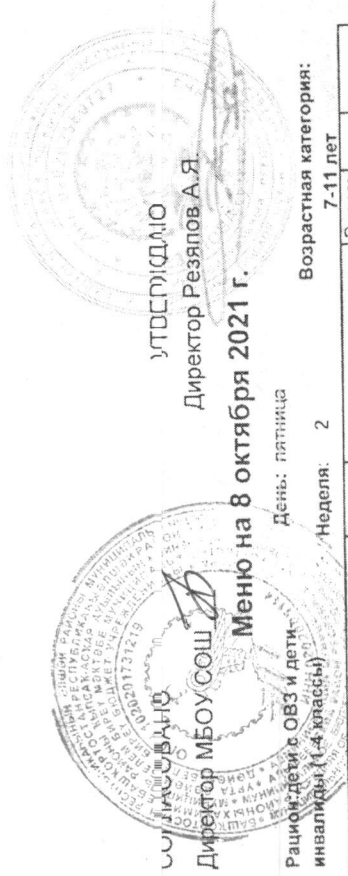
День: четверг

Неделя: 2

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамин С	Нарезанность
			Б	Ж	У			
завтрак полдник	Каша гречневая рассыпчатая	150/4	8	5	35	224		65
	Рыба, тушеная в томате с овощами	60	8	2	2	62	2	
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	3	94,02
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118		128,03
	Кефир	100	3	3	4	59	1	106,07
Итого за завтрак (полдник)		571	23	10	91	505	6	64,32р

обед	Салат луковый	30		3	2	39	3	47
	Борщ с капустой и картофелем	250/10	5	10	14	104	21	27,02
	Макаронные изделия отварные	180/5	7	4	44	246		77,02
	Гуляш из говядины с овощами	20/50	6	9	2	115	3	47,07
	Чай с сахаром	200			10	40		92,04
Итого за обед	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,63	55,19	164,5		99,01
		815	23,32	26,63	127,19	708,5	27	74,20р
Стоимость завтрака(полдника) и обеда		1386	46,32	36,63	218,19	1213,5	33	138,52р.

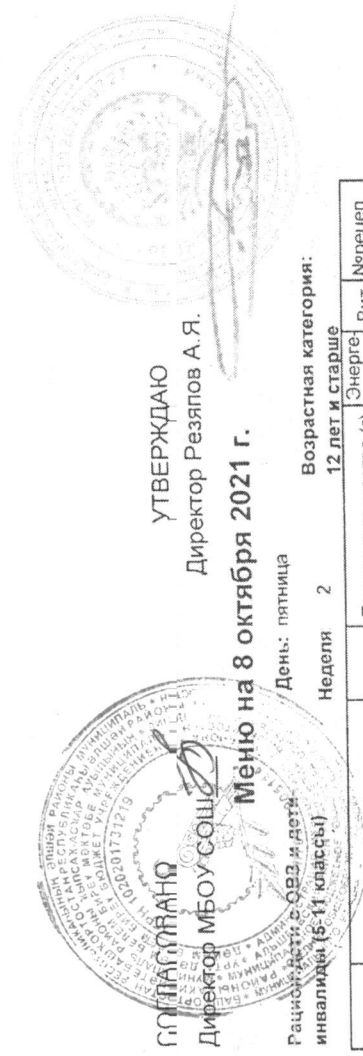


УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.Я.

Меню на 8 октября 2021 г.

Рацион: дети с ОВЗ и дети-инвалиды (1-4 классы)
День: пятница
Неделя: 2
Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамин С	Нерецеп / стоимость
			Б	Ж	У	(г)		
завтрак полдник	Каша рисовая молочная жидкая	150/4	4	6	22	161	1	71
	Чай с сахаром	200			10	40		92.02
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118		128.03
	Яблоки	120			12	56	12	101.03
	Повидло	15			10	38		
Итого за завтрак (полдник)		539	8	6	94	413	13	57.43 р
обед	Рассольник "Ленинградский"	200/8	4	7	14	99	14	26.01
	Картофельное пюре	150/4	3	5	22	140	26	107.01
	Котлеты из мяса птицы	60	9	10	5	126	1	486.01
	Соус томатный	30	1	2	2	22	2	91.01
	Напиток из свежих мороженых ягод	200/10	1		21	89		102.03
	Хлеб пшеничный	50	3.8	0.45	39.85	117.5		99.01
Итого за обед		712	21.8	24.45	103.85	593.5	43	64.23 р.
Стоимость завтрака(полдника) и обеда		1251	29.8	30.45	197.85	1006.5	56	121.66р



УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.Я.

Меню на 8 октября 2021 г.

Рацион: дети с ОВЗ и дети-инвалиды (5-11 классы)
День: пятница
Неделя: 2
Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамин С	Нерецеп / стоимость
			Б	Ж	У	(г)		
завтрак полдник	Каша рисовая молочная жидкая	180/4	5	8	26	194	1	72.01
	Чай с сахаром	200			10	40		92.02
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118		128.03
	Яблоки	120			12	56	12	101.03
	Повидло	15			10	38		
Итого за завтрак (полдник)		569	9	8	98	446	13	64.32р
обед	Рассольник "Ленинградский"	250/10	5	10	18	124	18	26.02
	Картофельное пюре	180/5	4	5	26	168	31	107.02
	Котлеты из мяса птицы	60	9	10	5	126	1	486.01
	Соус томатный	30	1	2	2	22	2	91.01
	Напиток из свежих мороженых ягод	200/10	1		21	89		102.03
	Хлеб пшеничный	70	5.32	0.63	55.19	164.5		99.01
Итого за обед		815	25.32	27.63	127.19	693.5	52	74.20р
Стоимость завтрака(полдника) и обеда		1384	34.32	35.63	225.19	1139.5	65	138.52р.



УТВЕРЖДАЮ

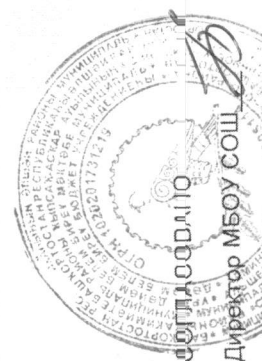
Директор МБОУ СОШ
Директор Резяпов А.А.

Меню на 12 октября 2021 г.

Рацион: дети с ОВЗ и дети-инвалиды (1-4 классы)
День: вторник
Неделя: 3
Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамин С	Нормы /стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак полдник	Макаронные изделия отварные	150/4	6	4	37	204		77,01
	Котлеты из мяса птицы	60	9	10	5	126	1	486,01
	Соус томатный	40	1	3	3	29	2	91,03
	Чай витаминный	200/5			11	39	20	102,04
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118		128,03
	Сыр голландский	10	2	3		38		493
Итого за завтрак (полдник)		519	22	20	96	554	23	57,43 р

обед	Свекла отварная	40	1		4	17	4	14
	Щи из свежей капусты с картофелем	250/10	5	11	10	88	31	10,03
	Гречка из курицы	150	10	19	30	332	3	
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	3	94,02
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,45	39,85	117,5		99,01
Итого за обед		707	19,8	30,45	93,85	596,5	41	64,23 р.
Стоимость завтрака(полдника) и обеда		1226	41,8	50	174	1148	64	121,66р



УТВЕРЖДАЮ

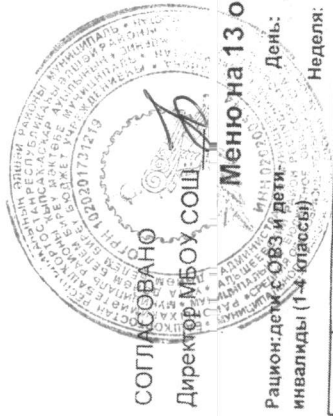
Директор МБОУ СОШ
Директор Резяпов А.А.

Меню на 12 октября 2021 г.

Рацион: дети с ОВЗ и дети-инвалиды (5-11 классы)
День: вторник
Неделя: 3
Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамин С	Нормы /стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак полдник	Макаронные изделия отварные	180/5	7	4	44	246		77,02
	Котлеты из мяса птицы	60	9	10	5	126	1	486,01
	Соус томатный	40	1	3	3	29	2	91,03
	Чай витаминный	200/5			11	39	20	102,04
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118		128,03
	Сыр голландский	15	4	5		56		493
Итого за завтрак (полдник)		555	25	22	103	614	23	64,32р

обед	Свекла отварная	60	1		7	32	8	15
	Щи из свежей капусты с картофелем	250/10	5	11	10	88	31	10,03
	Гречка из курицы	200	14	25	40	443	4	64,03
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	3	94,02
	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,63	55,19	164,5		99,01
Итого за обед		797	25,32	36,63	122,19	769,5	46	74,20р
Стоимость завтрака(полдника) и обеда		1352	50,32	58,63	225,19	1383,5	69	138,52р.



СОГЛАСОВАНО
Директор Резяпов А.А.

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.А.

Меню на 13 октября 2021 г.

День: среда

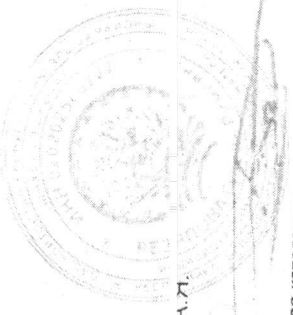
Рацион: дети с ОВЗ и дети-инвалиды (1-4 классы)

Неделя: 3

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Вит. мин	Нарезанность
			Б	Ж	У		С	
завтрак полдник	Салат из моркови	60	1	6	7	84	3	17
	Овощное рагу с мясом	180	11	14	13	223	27	
	Напиток из свежих мороженых ягод	200/10	1	21		89		102,03
	Хлеб пшеничный	50	4	40		118		128,03
	Масло сливочное	8		7		60		492
Итого за завтрак (полдник)		508	17	27	81	574	30	57,43 р

обед	Борщ с капустой и картофелем	250/10	5	10	14	104	21	27,02
	Каша перловая рассыпчатая	150/4	5	3	34	184		66,01
	Мясо тушеное с овощами	50	6	7	2	94	2	29
	Чай витаминный	200/5			11	39	20	102,04
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,45	39,85	117,5		99,01
Итого за обед		719	19,8	20,45	100,85	538,5	43	64,23 р.
Стоимость завтрака(полдника) и обеда		1227	36,8	47,45	181,85	1112,5	73	121,66р



СОГЛАСОВАНО
Директор Резяпов А.А.

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.А.

Меню на 13 октября 2021 г.

День: среда

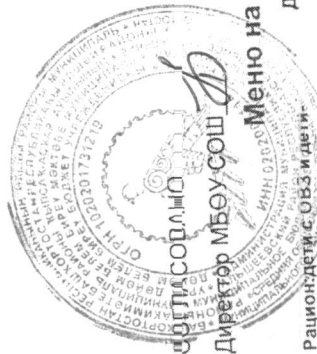
Рацион: дети с ОВЗ и дети-инвалиды (5-11 классы)

Неделя: 3

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Вит. мин	Нарезанность
			Б	Ж	У		С	
завтрак полдник	Салат из моркови	80	1	8	9	112	3	17,01
	Овощное рагу с мясом	200	4	21	20	267	48	
	Напиток из свежих мороженых ягод	200/10	1	21		89		102,03
	Хлеб пшеничный	50	4	40		118		128,03
	Масло сливочное	10		7		66		492
Итого за завтрак (полдник)		550	10	36	90	652	51	64,32р

обед	Борщ с капустой и картофелем	250/10	5	10	14	104	21	27,02
	Каша перловая рассыпчатая	180/5	6	4	40	222		66,02
	Мясо тушеное с овощами	85	10	11	4	153	3	488,02
	Чай витаминный	200/5			11	39	20	102,04
	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,63	55,19	164,5		99,01
Итого за обед		805	26,32	25,63	124,19	682,5	44	74,20р
Стоимость завтрака(полдника) и обеда		1355	36,32	61,63	214,19	1334,5	95	138,52р.



УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.Я.

Меню на 14 октября 2021 г

День: четверг

Возрастная категория:

Неделя: 3

7-11 лет

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

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамин С	Нерцеп /стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак полдник	Салат из белокочанной капусты	60	1	3	7	63	32	5,01
	Плов из куриного филе	180	13	23	36	383	3	64,07
	Компот из смеси сухофруктов	200			15	60		97,02
	Кефир 100	100	3	3	4	59	1	106,07
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118		128,03
Итого за завтрак (полдник)		590	21	29	102	683	36	57,43 р
обед	Рассольник "Ленинградский"	250/10	5	10	18	124	18	26,02
	Каша гречневая рассыпчатая	150/4	8	5	35	224		65
	Рыба, тушеная в томате с овощами	60	8	2	2	62	2	
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	3	94,02
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,45	39,85	117,5		99,01
Итого за обед		731	24,8	17,45	104,85	569,5	23	64,23 р.
Стоимость завтрака(полдника) и обеда		1321	45,8	46,45	206,85	1252,5	59	121,66р



УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.Я.

Меню на 14 октября 2021 г

День: четверг

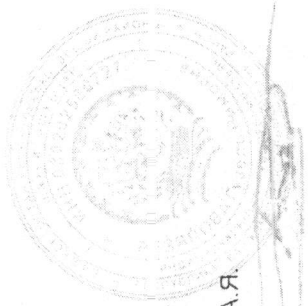
Возрастная категория:

Неделя: 3

12 лет и старше

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

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамин С	Нерцеп /стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак полдник	Салат из белокочанной капусты	80	2	4	9	83	42	5,02
	Плов из куриного филе	200	14	26	40	423	4	64,01
	Компот из смеси сухофруктов	200			15	60		97,02
	Кефир 100	100	3	3	4	59	1	106,07
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118		128,03
Итого за завтрак (полдник)		630	23	33	108	743	47	64,32р
обед	Рассольник "Ленинградский"	250/10	5	10	18	124	18	26,02
	Каша гречневая рассыпчатая	180/5	11	6	49	297		65,02
	Рыба, тушеная в томате с овощами	80	11	3	3	83	2	502
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	3	94,02
	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,63	55,19	164,5		99,01
Итого за обед		802	32,32	19,63	135,19	710,5	23	74,20р
Стоимость завтрака(полдника) и обеда		1432	55,32	52,63	243,19	1453,5	70	138,52р.



УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.



СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

Меню на 15 октября 2021 г

День: пятница

12

Возрастная категория:

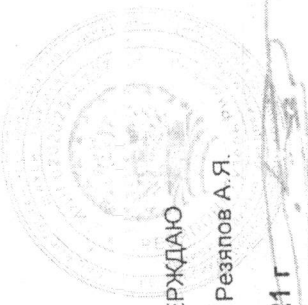
3

Неделя

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

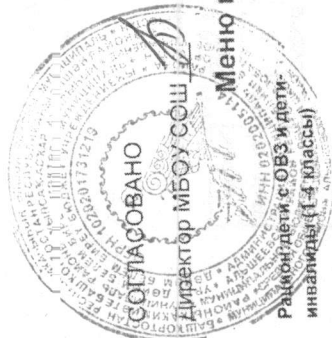
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамин С	Нерцеп /стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Каша молочная "Дружба"	180/5	6	7	30	210	1	74,02
	Чай с сахаром	200			10	40		92,04
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118		128,03
	Повидло	15			10	38		
	Яблоки	120			12	56	12	101,03
Итого за завтрак (полдник)		570	10	7	102	462	13	64,32р

обед	Салат Витаминный	80	1	4	10	83	27	113,01
	Суп картофельный с бобовыми	250	6	8	23	130	13	33,02
	Картофель тушеный из филе кур с овощами	200	15	20	24	306	33	151,07
	Кисель из концентрата	200			10	40		
	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,63	55,19	164,5		99,01
Итого за обед		800	27,32	32,63	122,19	723,5	73	74,20р
Стоимость завтрака(полдника) и обеда		1370	37,32	39,63	224,19	1185,5	86	138,52р



УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.



СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

Меню на 15 октября 2021 г

День: пятница

Возрастная категория:

3

Неделя

7-11 лет

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

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамин С	Нерцеп /стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Каша молочная "Дружба"	150/4	5	6	25	177	1	74
	Чай с сахаром	200			10	40		92,04
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118		128,03
	Повидло	15			10	38		
	Яблоки	120			12	56	12	101,03
Итого за завтрак (полдник)		539	9	6	97	429	13	57,43 р

обед	Салат Витаминный	60	1	3	7	62	20	113
	Суп картофельный с бобовыми	200	5	7	18	104	10	33,04
	Картофель тушеный из филе кур с овощами	200	15	20	24	306	33	151,07
	Кисель из концентрата	200			10	40		
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,45	39,85	117,5		99,01
Итого за обед		740	24,8	30,45	98,85	629,5	63	64,23 р
Стоимость завтрака(полдника) и обеда		1249	33,8	36,45	195,85	1058,5	76	121,66р



СОГЛАСОВАНО
Директор Резяпов А.Я.

УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.Я.

Меню на 18 октября 2021 г.
Рацион: дети с ОВЗ и дети-инвалиды (1-4 классы)
День: понедельник
Неделя: 4
Возрастная категория: 7-11 лет

Меню на 18 октября 2021 г.
Рацион: дети с ОВЗ и дети-инвалиды (5-11 классы)
День: понедельник
Неделя: 4
Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамин С	Нарезанность /стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак полдник	Макаронные изделия отварные	150/4	6	4	37	204		77,01
	Котлеты из мяса птицы	60	9	10	5	126	1	486,01
	Соус томатный	40	1	2	2	22	2	91,01
	Напиток из свежих мороженных ягод	200/10	1		21	89		102,03
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,45	39,85	117,5		99,01
	Повидло	15			10	38		
Итого за завтрак (полдник)			529	20,8	114,85	596,5	3	57,43 р

обед	Свекла отварная	40	1		4	17	4	14
	Щи из свежей капусты с картофелем	200/8	4	8	8	73	25	10,01
	Каша перловая рассыпчатая	150/4	5	3	34	184		66,01
	Азу из говядины	35/30	10	14	2	170	2	44,02
	Чай с сахаром	200			10	40		92,02
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,45	39,85	117,5		99,01
Итого за обед			717	23,8	25,45	97,85	31	64,23 р.
Стоимость завтрака(полдника) и обеда			1246	44,6	41,9	212,7	34	121,66р

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамин С	Нарезанность /стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак полдник	Макаронные изделия отварные	180/5	7	4	44	246		77,02
	Котлеты из мяса птицы	60	9	10	5	126	1	486,01
	Соус томатный	40	1	2	2	22	2	91,01
	Напиток из свежих мороженных ягод	200/10	1		21	89		102,03
	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,63	55,19	164,5		99,01
	Повидло	15			10	38		
Итого за завтрак (полдник)			570	23,32	137,19	685,5	3	64,32р

обед	Свекла отварная	40	1		4	17	4	14
	Щи из свежей капусты с картофелем	250/10	5	11	10	88	31	10,03
	Каша перловая рассыпчатая	180/5	6	4	40	222		66,02
	Азу из говядины	35/30	10	14	2	170	2	44,02
	Чай с сахаром	200			10	40		92,02
	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,63	55,19	164,5		99,01
Итого за обед			820	27,32	29,63	121,19	37	74,20р
Стоимость завтрака(полдника) и обеда			1390	50,64	40,26	258,38	40	138,52р



УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 19 октября 2021 г.

День: вторник

Возрастная категория:

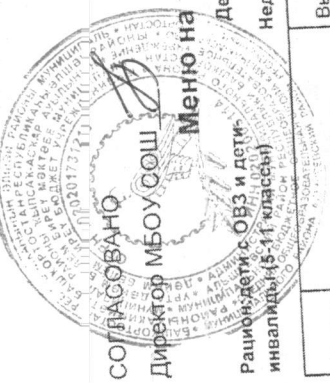
Неделя 4

7-11 лет

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

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины	Нерцеп /стоимость
			Б	Ж	У		мин	
завтрак	Салат Морковоча школьный	60	1	5	4	61	3	72,02
	Жаркое по-Домашнему из говядины	180	13	14	24	277	30	480
	Чай с сахаром	200			10	40		92,02
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118		128,03
	Сыр голландский	10	2	3		38		493
	Итого за завтрак (полдник)	500	20	22	78	534	33	57,43 р

обед	Суп картофельный с крупой пшенной	250	5	9	20	120	18	31,08
	Каша рисовая рассыпчатая	150/4	4	4	39	210		67,01
	Рыба, тушеная в томате с овощами	60	8	2	2	62	2	
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	3	94,02
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,45	39,85	117,5		99,01
	Итого за обед	721	20,8	15,45	110,85	551,5	23	64,23 р.
Стоимость завтрака(полдника) и обеда		1221	40,8	37,45	188,85	1085,5	56	121,66р



СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

Меню на 19 октября 2021 г.

День: вторник

Возрастная категория:

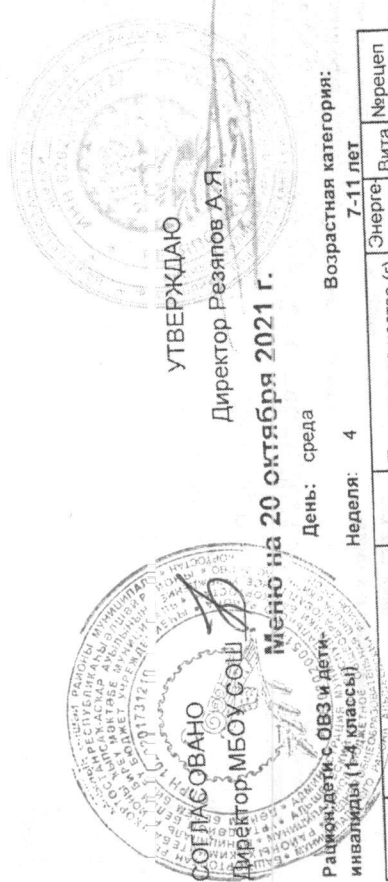
Неделя 4

12

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

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины	Нерцеп /стоимость
			Б	Ж	У		ин С	
завтрак	Салат Морковоча школьный	80	1	6	5	81	4	72,03
	Жаркое по-Домашнему из говядины	210	15	16	28	323	35	480
	Чай с сахаром	200			10	40		92,02
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118		128,03
	Сыр голландский	15	4	5		56		493
	Итого за завтрак (полдник)	555	24	27	83	618	39	64,32р

обед	Суп картофельный с крупой пшенной	250	5	9	20	120	18	31,08
	Каша рисовая рассыпчатая	180/5	5	5	40	228		64,02
	Рыба, тушеная в томате с овощами	80	11	3	3	83	2	502
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	3	94,02
	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,63	55,19	164,5		99,01
	Итого за обед	792	26,32	17,63	128,19	637,5	23	74,20р
Стоимость завтрака(полдника) и обеда		1347	50,32	44,63	211,19	1255,5	62	138,52р.



УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 20 октября 2021 г.

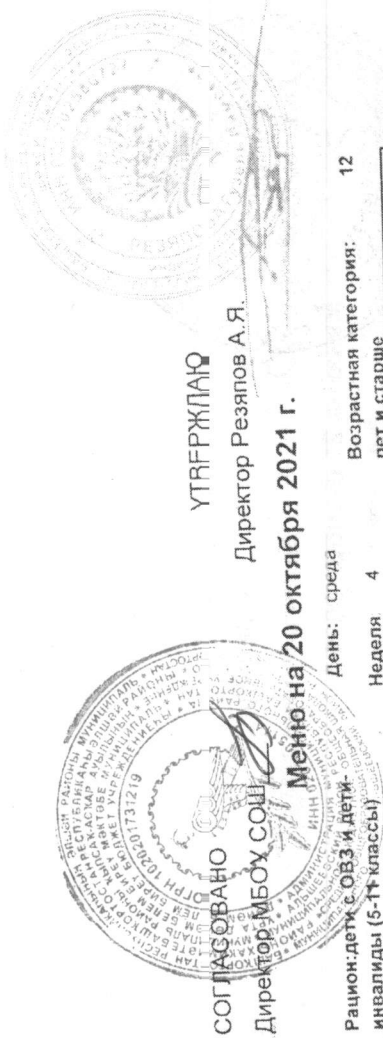
Рацион: дети с ОВЗ и дети-инвалиды (1-4 классы)

День: среда

Неделя: 4

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамин С	Нерецепт/стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Салат из белокачанной капусты	60	1	3	7	63	32	5,01
	Плов из куриного филе	200	14	26	40	423	4	64,01
	Компот из смеси сухофруктов	200			15	60		97,02
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118		128,03
	Итого за завтрак (полдник)	510	19	29	102	664	36	57,43 р
обед	Салат из моркови	60	1	6	7	84	3	17
	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	5	8	22	121	18	29,02
	Овощное рагу с филе кур	160	11	15	11	198	25	491,01
	Кисель из концентрата	200			10	40		
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,45	39,85	117,5		99,01
Итого за обед		720	20,8	29,45	89,85	560,5	46	64,23 р.
	Стоимость завтрака(полдника) и обеда	1230	39,8	58,45	191,85	1224,5	82	121,66р



УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 20 октября 2021 г.

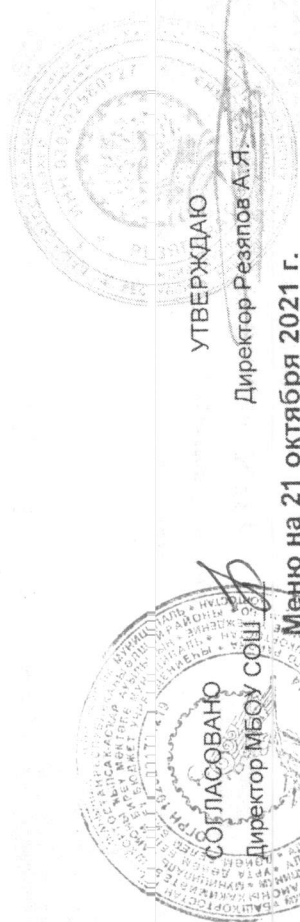
Рацион: дети с ОВЗ и дети-инвалиды (5-11 классы)

День: среда

Неделя: 4

Возрастная категория: 12

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамин С	Нерецепт/стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Салат из белокачанной капусты	80	2	4	9	83	42	5,02
	Плов из куриного филе	220	15	28	44	462	4	64,02
	Компот из смеси сухофруктов	200			15	60		97,02
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118		128,03
	Итого за завтрак (полдник)	550	21	32	108	723	46	64,32р
обед	Салат из моркови	80	1	8	9	112	3	17,01
	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	5	8	22	121	18	29,02
	Овощное рагу с филе кур	200	14	18	16	251	32	491,04
	Кисель из концентрата	200			10	40		
	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,63	55,19	164,5		99,01
Итого за обед		800	25,32	34,63	112,19	688,5	53	74,20р
	Стоимость завтрака(полдника) и обеда	1350	46,32	66,63	220,19	1411,5	99	138,52р.



УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 21 октября 2021 г.

Рацион: дети с ОВЗ и дети-инвалиды (5-11 классы)
День: четверг
Неделя: 4
Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Вита мин С	Нормы / стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак полдник	Каша гречневая рассыпчатая	150/4	8	5	35	224		65
	Рыба, тушеная в томате с овощами	60	8	2	2	62	2	
	чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	3	94.02
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118		128.03
	Кефир	100	3	3	4	59	1	106.07
Итого за завтрак (полдник)		571	23	10	91	505	6	57,43 р

обед								
	Салат луковый	30		3	2	39	3	47
	Борщ с капустой и картофелем	200/8	4	8	11	81	17	27.01
	Макаронные изделия отварные	150/4	6	4	37	204		77.01
	Гуляш из говядины с овощами	20/50	6	9	2	115	3	47.07
	Чай с сахаром	200			10	40		92.04
	Хлеб пшеничный	50	3.8	0.45	39.85	117.5		99.01
Итого за обед		712	19.8	24.45	101.85	596.5	23	64,23 р.
Стоимость завтрака(полдника) и обеда		1283	42.8	34.45	192.85	1101.5	29	121,66р



УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 21 октября 2021 г.

Рацион: дети с ОВЗ и дети-инвалиды (5-11 классы)
День: четверг
Неделя: 4
Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамин С	Нормы /стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак полдник	Каша гречневая рассыпчатая	150/4	8	5	35	224		65
	Рыба, тушеная в томате с овощами	60	8	2	2	62	2	
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	3	94.02
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118		128.03
	Кефир	100	3	3	4	59	1	106.07
Итого за завтрак (полдник)		571	23	10	91	505	6	64,32р

обед								
	Салат луковый	30		3	2	39	3	47
	Борщ с капустой и картофелем	250/10	5	10	14	104	21	27.02
	Макаронные изделия отварные	180/5	7	4	44	246		77.02
	Гуляш из говядины с овощами	20/50	6	9	2	115	3	47.07
	Чай с сахаром	200			10	40		92.04
	Хлеб пшеничный	70	5.32	0.63	55.19	164.5		99.01
Итого за обед		815	23.32	26.63	127.19	708.5	27	74,20р
Стоимость завтрака(полдника) и обеда		1386	46.32	36.63	218.19	1213.5	33	138,52р.



СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ
Директор Резапов А.Я.

УТВЕРЖДАЮ

Меню на 25 октября 2021 г.

Рацион: дети с ОВЗ и дети-инвалиды (1-4 классы)
День: понедельник
Неделя: 5
Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамин С	Нерецепт/стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак полдник	Макаронные изделия отварные	150/4	6	4	37	204		77,01
	Котлеты из мяса птицы	1	9	10	5	126	1	486,01
	Соус томатный	40	1	3	3	29	2	91,03
	Чай витаминный	200/5			11	39	20	102,04
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118		128,03
	Сыр голландский	10	2	3		38		493
Итого за завтрак (полдник)		519	22	20	96	554	23	57,43 р

обед	Секла отварная	40	1		4	17	4	14
	Щи из свежей капусты с картофелем	250/10	5	11	10	88	31	10,03
	Плов из курицы	150	10	19	30	332	3	
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	3	94,02
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,45	39,85	117,5		99,01
Итого за обед		707	19,8	30,45	93,85	596,5	41	64,23 р.
Стоимость завтрака(полдника) и обеда		1226	41,8	50	174	1148	64	121,66р



СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ
Директор Резапов А.Я.

УТВЕРЖДАЮ

Меню на 25 октября 2021 г.

Рацион: дети с ОВЗ и дети-инвалиды (5-11 классы)
День: понедельник
Неделя: 5
Возрастная категория: 12

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамин С	Нерецепт/стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак полдник	Макаронные изделия отварные	180/5	7	4	44	246		77,02
	Котлеты из мяса птицы	60	9	10	5	126	1	486,01
	Соус томатный	40	1	3	3	29	2	91,03
	Чай витаминный	200/5			11	39	20	102,04
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118		128,03
	Сыр голландский	15	4	5		56		493
Итого за завтрак (полдник)		555	25	22	103	614	23	64,32р

обед	Секла отварная	60	1		7	32	8	15
	Щи из свежей капусты с картофелем	250/10	5	11	10	88	31	10,03
	Плов из курицы	200	14	25	40	443	4	64,03
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	3	94,02
	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,63	55,19	164,5		99,01
Итого за обед		797	25,32	36,63	122,19	769,5	46	74,20р
Стоимость завтрака(полдника) и обеда		1352	50,32	58,63	225,19	1383,5	69	138,52р.



УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 26 октября 2021 г

День: вторник

Неделя: 5

Возрастная категория:

7-11 лет

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

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамин С	Нерецеп /стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак полдник	Салат "Школьный"	60	1	5	4	65	5	25
	Каша гречневая рассыпчатая	150/4	8	5	35	224		65
	Гуляш из говядины	20/50	7	9	4	123	2	47,04
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	3	94,02
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118		128,03
Итого за завтрак (полдник)		541	20	19	93	572	10	57,43 р

обед	Салат луковый	30		3	2	39	3	47
	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	5	8	22	121	18	29,02
	Жаркое по-домашнему из курицы	180	14	17	24	303	31	51,05
	Чай с сахаром	200			10	40		92,02
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,45	39,85	117,5		99,01
Итого за обед		710	22,8	28,45	97,85	620,5	52	64,23 р.
Стоимость завтрака(полдника) и обеда		1251	42,8	47	174	1175	62	121,66р



СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

Меню на 26 октября 2021 г

День: вторник

Неделя: 5

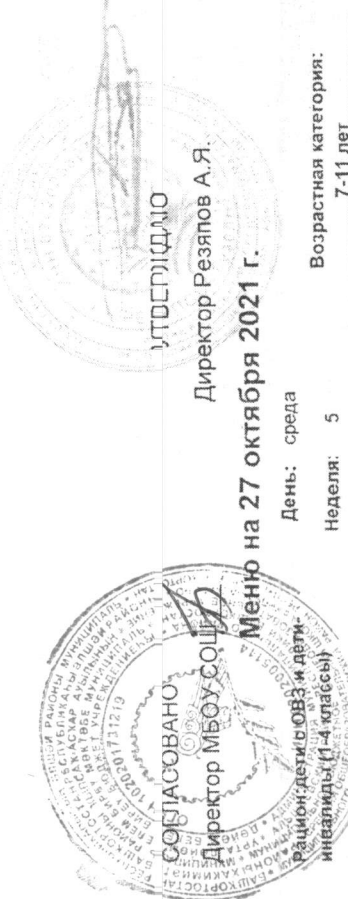
Возрастная категория:

12

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

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамин С	Нерецеп /стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак полдник	Салат "Школьный"	80	1	7	5	86	7	25,01
	Каша гречневая рассыпчатая	150/4	8	5	35	224		65
	Гуляш из говядины	20/50	7	9	4	123	2	47,04
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	3	94,02
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118		128,03
Итого за завтрак (полдник)		551	20	21	94	593	12	64,32р

обед	Салат луковый	30		3	2	39	3	47
	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	5	8	22	121	18	29,02
	Жаркое по-домашнему из курицы	220	17	20	30	371	38	51,08
	Чай с сахаром	200			10	40		92,02
	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,63	55,19	164,5		99,01
Итого за обед		770	27,32	31,63	119,19	735,5	59	74,20р
Стоимость завтрака(полдника) и обеда		1331	47,32	52,63	213,19	1328,5	71	138,52р.



УТВЕРЖДЕНО

Директор Резяпов А.А.

Меню на 27 октября 2021 г.

День: среда

Неделя: 5

Возрастная категория: 7-11 лет

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

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамин С	Нарезанность /стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак полдник	Салат из моркови	60	1	6	7	84	3	17
	Овощное рагу с мясом	180	11	14	13	223	27	
	Напиток из свежих мороженных ягод	200/10	1		21	89		102,03
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118		128,03
	Масло сливочное	8		7		60		492
Итого за завтрак (полдник)		508	17	27	81	574	30	57,43 р

обед	Борщ с капустой и картофелем	250/10	5	10	14	104	21	27,02
	Каша перловая рассыпчатая	150/4	5	3	34	184		66,01
	Мясо тушеное с овощами	50	6	7	2	94	2	29
	Чай витаминный	200/5			11	39	20	102,04
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,45	39,85	117,5		99,01
Итого за обед		719	19,8	20,45	100,85	538,5	43	64,23 р.
Стоимость завтрака(полдника) и обеда		1227	36,8	47,45	181,85	1112,5	73	121,66р



УТВЕРЖДЕНО

Директор Резяпов А.А.

Меню на 27 октября 2021 г.

День: среда

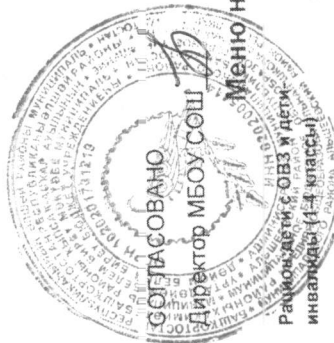
Неделя: 5

Возрастная категория: 12 лет и старше

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

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамин С	Нарезанность /стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак полдник	Салат из моркови	80	1	8	9	112	3	17,01
	Овощное рагу с мясом	200	4	21	20	267	48	
	Напиток из свежих мороженных ягод	200/10	1		21	89		102,03
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118		128,03
	Масло сливочное	10		7		66		492
Итого за завтрак (полдник)		550	10	36	90	652	51	64,32р

обед	Борщ с капустой и картофелем	250/10	5	10	14	104	21	27,02
	Каша перловая рассыпчатая	180/5	6	4	40	222		66,02
	Мясо тушеное с овощами	85	10	11	4	153	3	488,02
	Чай витаминный	200/5			11	39	20	102,04
	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,63	55,19	164,5		99,01
Итого за обед		805	26,32	25,63	124,19	682,5	44	74,20р
Стоимость завтрака(полдника) и обеда		1355	36,32	61,63	214,19	1334,5	95	138,52р.



ГОЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ
Директор Резяпов А.Я.

Меню на 28 октября 2021 г

Рацион: дети с ОВЗ и дети-инвалиды (1-4 классы)
День: четверг
Неделя: 5
Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамин С	Нерецеп /стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак полдник	Салат из белокачанной капусты	60	1	3	7	63	32	5,01
	Плов из куриного филе	180	13	23	36	383	3	64,07
	Компот из смеси сухофруктов	200			15	60		97,02
	Сыр голландский	10	2	3		38		493
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118		128,03
	Итого за завтрак (полдник)	500	20	29	98	662	35	57,43 р
обед	Рассольник "Ленинградский"	250/10	5	10	18	124	18	26,02
	Каша гречневая рассыпчатая	150/4	8	5	35	224		65
	Рыба, тушеная в томате с овощами	60	8	2	2	62	2	
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	3	94,02
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,45	39,85	117,5		99,01
	Итого за обед	731	24,8	17,45	104,85	569,5	23	64,23 р.
Стоимость завтрака(полдника) и обеда		1231	44,8	46,45	202,85	1231,5	58	121,56р



ГОЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ
Директор Резяпов А.Я.

Меню на 28 октября 2021 г

Рацион: дети с ОВЗ и дети-инвалиды (5-11 классы)
День: четверг
Неделя: 5
Возрастная категория: 12

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамин С	Нерецеп /стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак полдник	Салат из белокачанной капусты	80	2	4	9	83	42	502
	Плов из куриного филе	200	14	26	40	423	4	64,01
	Компот из смеси сухофруктов	200			15	60		97,02
	Сыр голландский	15	4	5		56		
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118		128,03
Итого за завтрак (полдник)		545	24	35	104	740	46	64,32р
обед	Рассольник "Ленинградский"	250/10	5	10	18	124	18	26,02
	Каша гречневая рассыпчатая	180/5	11	6	49	297		65,02
	Рыба, тушеная в томате с овощами	80	11	3	3	83	2	502
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	3	94,02
	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,63	55,19	164,5		99,01
Итого за обед		802	32,32	19,63	135,19	710,5	23	74,20р
Итого за день		1347	56,32	54,63	239,19	1450,5	69	138,52р.