



Согласовано
Директор МБОУ СОШ с. Трунташино
Ф.И.Резяпов А.Я.



Согласовано
Директор МБОУ СОШ с. Трунташино
Ф.И.Резяпов А.Я.



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

Меню на 5 ноября 2024 г.

Меню на 5 ноября 2024 г.

Рацион: дети из ММС,
(1-4 классы), 11

День: вторник

Сезон: осень

Неделя: 2

Возрастная категория: 7-11 лет

Рацион: дети из
ММС
(5-11 классы)

День: вторник

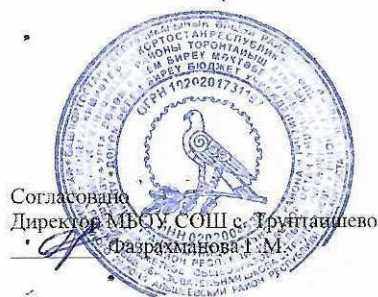
Сезон: осень

Неделя: 2

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прим. пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Макаронные изделия отварные	150/4	6	4	37	204	77,01	
	Сосиска Детская	55	6	15		163	192	
	Соус томатный	30		1	2	22	593,05	
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	94,02	
	Бутерброд с повидлом	50/15	4		50	155	3,04	
	Итого за завтрак	511	16	20	99	586		69,57

Прим. пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Макаронные изделия отварные	180/5	7	4	44	246	77,02	
	Сосиска Детская	55	6	15		163	192	
	Соус томатный	40	1	3	3	29	593,06	
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	94,02	
	Бутерброд с повидлом	50/15	4		50	155	3,04	
	Итого за завтрак	552	18	22	107	635		76,36



Согласовано
Директор МБОУ СОШ с. Трунтаево
Фазрахманова Г.М.



Согласовано
Директор МБОУ СОШ с. Трунтаево
ИП Резяпова Г.Р.
Директор Резяпов А.Я.



Согласовано
Директор МБОУ СОШ с. Трунтаево
Фазрахманова Г.М.



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

Меню на 6 ноября 2024 г.

Меню на 6 ноября 2024 г.

Рацион: дети из ММС,
(1-4 классы), РП
День: среда
Сезон: осень
Неделя: 2
Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Огурцы соленные	30				3	469,03	
	Плов из говядины	150	11	13	31	284	461,1	
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02	
	Сок фруктовый	100	1		13	46	50	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за завтрак		530	16	14	77	496		69,57

Рацион: дети из ММС (5-11 классы)
День: среда
Сезон: осень
Неделя: 2
Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Огурцы соленные	40				4	469	
	Плов из говядины	180	13	16	37	341	461,11	
	Чай с сахаром	200			9	36	92,04	
	Сок фруктовый	100	1		13	46	50	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за завтрак		570	18	17	83	550		76,36



Согласовано
Директор МБОУ СОШ с. Труттайшево
Фазрахманова Г.М.



Согласовано
Директор МБОУ СОШ с. Труттайшево
Фазрахманова Г.М.



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

Меню на 7 ноября 2024 г.

Меню на 7 ноября 2024 г.

Рацион: дети из ММС
(1-4 классы), РП

День: четверг

Сезон: осень

Неделя: 2

Возрастная категория: 7-11 лет

Рацион: дети из
ММС (5-11
классы)

День: четверг

Сезон: осень

Неделя: 2

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецепту ры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак 2222	Картофельное пюре	150/4	3	5	22	140	107,08	
	Рыба, (филе) тушеная в томате с овощами	30/40	12	4	2	215	187	
	Кекс Махариши для детского питания с джемом из лесных	33,3	15,1	7,32	17,3	142,5		
	Напиток из свежих мороженых ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за завтрак		517,3	35,1	17,32	86,3	709,5		69,57

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецепту ры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак 2222	Картофельное пюре	180/5	4	5	26	164	107,1	
	Рыба, (филе) тушеная в томате с овощами	30/40	12	4	2	215	187	
	Кекс Махариши для детского питания с джемом из лесных	33,3	15,1	7,32	17,3	142,5		
	Напиток из свежих мороженых ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	Хлеб пшеничный	55	4,34	0,55	26,56	135,3	27,01	
Итого за завтрак		553,3	36,44	16,87	92,86	745,8		76,36



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



Директор Резяпов А.Я.

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



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

Меню на 8 ноября 2024 г.

Меню на 8 ноября 2024 г.

Рацион: дети из ММС,
(1-4 классы), РП

День: пятница

Сезон: осень

Неделя: 2

Возрастная категория: 7-11 лет

Рацион: дети из
ММС (5-11
классы)

День: пятница

Сезон: осень

Неделя: 2

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прим пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	№ рецепту ры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Каша пшенная молочная жидкая	180/4,5	7	8	33	230	73,02	
	Напиток из свежих яблок	200/20			8	32	102,14	
	Йогурт	100	5	3	12,6	84,5	104,01	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
	Итого за завтрак	554,5	16	12	77,6	469,5	486,2	69,57

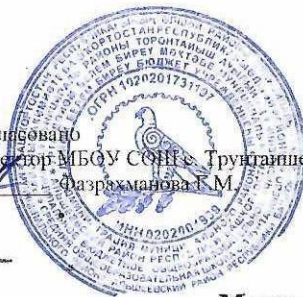
Прим пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	№ рецепту ры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Каша пшенная молочная жидкая	180/4,5	7	8	33	230	73,02	
	Напиток из свежих яблок	200/20			8	32	102,14	
	Йогурт	100	5	3	12,6	84,5	104,01	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
	Итого за завтрак	554,5	16	12	77,6	469,5		76,36



Согласовано
Директор МБОУ СОШ с. Трунтаишево
Фазрахманова Г.М.



Согласовано
Директор МБОУ СОШ с. Трунтаишево
Фазрахманова Г.М.



УТВЕРЖАЮ
И.П.Р. Агагузель Римовна
Директор

Меню на 11 ноября 2024 г.

Меню на 11 ноября 2024 г.

Рацион: дети из ММС,
(1-4 классы), РП

День: понедельник

Сезон: осень

Неделя: 3

Возрастная категория: 7-11 лет

Рацион: дети из
ММС (5-11
классы)

День: понедельник

Сезон: осень

Неделя: 3

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Каша гречневая рассыпчатая	150/4	9	6	39	265	65	
	Котлеты из мяса птицы	60	6	10	12	194	486,01	
	Соус томатный	30		1	2	22	593,05	
	Напиток из свежих мороженных ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за завтрак		504	20	18	98	693		69,57

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Каша гречневая рассыпчатая	180/5	10	7	45	288	65,02	
	Котлеты из мяса птицы	60	6	10	12	194	486,01	
	Соус томатный	40	1	3	3	29	593,06	
	Напиток из свежих мороженных ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	Хлеб пшеничный	55	4	1	27	135	207,01	
Итого за завтрак		550	22	21	108	735		76,36



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



Директор Резяпов А.Я.



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



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

Меню на 12 ноября 2024 г.

Меню на 12 ноября 2024 г.

Рацион: дети из ММС,
(1-4 классы), РП

День: вторник

Сезон: осень

Неделя: 3

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Каша "Артек" молочная	150/4	6,1	5,78	55,9	276	69,01	
	Йогурт	100	5	3	12,6	84,5	104,01	
	Напиток из свежих мороженных ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за завтрак		514	16,1	9,78	113,5	572,5		69,57

Рацион: дети из ММС (5-11 классы)

День: вторник

Сезон: осень

Неделя: 3

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Каша "Артек" молочная	180/4,5	7	7	67	355	69,02	
	Йогурт	100	5	3	12,6	84,5	104,01	
	Напиток из свежих мороженных ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	Хлеб пшеничный	55	4	1	27	135	207,03	
Итого за завтрак		549,5	17	11	127,6	663,5		76,36



Согласовано
Директор МБОУ СОШ с. Трунтаишево
Фазрахманова Г.М.



Директор Резяпов А.Я.



Согласовано
Директор МБОУ СОШ с. Трунтаишево
Фазрахманова Г.М.



УТВЕРЖДАЮ

ИП Резяпова Г.Р.

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 13 ноября 2024 г.

День: среда

Сезон: осень

Рацион: дети из ММС,
(1-4 классы), РП

Неделя: 3

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Салат из свеклы с солеными огурцами	60	0,74	6,05	3,95	73,39	23,02	
	Плов из мяса кур	150	11	19	30	320	64,18	
	Печенье 2 шт	30	1,54	4,04	16,44	108,24	132	
	Напиток витаминизированный ВитаЛайт	200/8			19	80	102,04	
	Хлеб пшеничный	55	4,34	0,55	26,56	135,3	27,01	
Итого за завтрак		503	17,62	29,64	95,95	716,93		69,57

Меню на 13 ноября 2024 г.

День: среда

Сезон: осень

Рацион: дети из ММС (5-11 классы)

Неделя: 3

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Салат из свеклы с солеными огурцами	60	0,74	6,05	3,95	73,39	23,02	
	Плов из мяса кур	200	13	21	48	389	64,2	
	Печенье 2 шт	30	1,54	4,04	16,44	108,2	132	
	Напиток витаминизированный ВитаЛайт	200/8			19	80	102,04	
	Хлеб пшеничный	55	4,34	0,55	26,56	135,3	27,01	
Итого за завтрак		553	19,62	31,64	113,95	785,9		76,36



Согласовано
Директор МБОУ СОШ с. Трунтайшево
Фазрахминова Г.М.



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



Согласовано
Директор МБОУ СОШ с. Трунтайшево
Фазрахминова Г.М.



УТВЕРЖДАЮ

ИП Резяпова Г.Р.

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 14 ноября 2024 г.

Меню на 14 ноября 2024 г.

Рацион: дети из ММС,
(1-4 классы), РП

День: четверг

Сезон: осень

Неделя: 3

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Салат из квашеной капусты	40	0,9	2,05	3,06	34,66		
	Пельмени Сказка	180	15	24	23	441	219	
	Соус томатный	30		1	2	22	593,05	
	Чай витаминный	200/5			11	39	102,04	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за завтрак		505	19,9	28,05	63,06	659,66		69,57

Рацион: дети из ММС (5-11 классы)

День: четверг

Сезон: осень

Неделя: 3

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Салат из квашеной капусты	60	1,39	3,08	4,6	52		
	Пельмени Сказка	200	16	27	26	490	219	
	Соус томатный	50	1,17	3,3	3,47	33,67	593,1	
	Чай витаминный	200/5			11	39	102,04	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за завтрак		565	22,56	34,38	69,07	737,7		76,36

Согласовано
Директор МБОУ СОШ с. Трунташцево
Фазрахманова Г.М.



Директор Резяпов А.Я.

Согласовано
Директор МБОУ СОШ с. Трунташцево
Фазрахманова Г.М.



УТВЕРЖДАЮ

ИП Резяпова Г.Р.

Директор Резяпов А.Я.



Меню на 15 ноября 2024 г.

Меню на 15 ноября 2024 г.

Рацион: дети из ММС,
(1-4 классы), ИП

День: пятница

Сезон: осень

Цели: 3

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецепту ры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Каша молочная "Дружба"	150/4	4,9	6,42	24,93	201	74,02	
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	94,02	
	Бутерброд с сыром	50/10	3,9	13,97	23,72	237,25	3,04	
	Фрукты	140	1	1	14	66	101,02	
Итого за завтрак		561	9,8	21,39	72,65	546,25		69,57

Рацион: дети из
ММС (5-11)

День: пятница

Сезон: осень

Цели: 3

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецепту ры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Каша молочная "Дружба"	150/4	4,9	6,42	24,93	201	74,02	
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	94,02	
	Бутерброд с сыром	50/10	3,9	13,97	23,72	237,3	3,04	
	Фрукты	140	1	1	14	66	101,02	
Итого за завтрак		561	9,8	21,39	72,65	546,3		76,36



Согласовано
Директор МБОУ СОШ с. Грунтайшево
Фазрахманова Г.М.



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

Меню на 18 ноября 2024 г.

День: понедельник Сезон: осень

Рацион: дети из
ММС,
(1-4 классы), РП

Неделя: 4 Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Макаронные изделия отварные	150/4	6	4	37	204	77,01	
	Сосиска Детская	55	6	15		163	192	
	Соус томатный	30		1	2	22	593,05	
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	94,02	
	Бутерброд с повидлом	50/15	4		50	155	3,04	
Итого за завтрак		511	16	20	99	586		69,57



Согласовано
Директор МБОУ СОШ с. Грунтайшево
Фазрахманова Г.М.

Меню на 18 ноября 2024 г.

День: понедельник Сезон: осень

Рацион: дети из ММС
(5-11 классы)

Неделя: 4 Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Макаронные изделия отварные	180/5	7	4	44	246	77,02	
	Сосиска Детская	55	6	15		163	192	
	Соус томатный	40	1	3	3	29	593,06	
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	94,02	
	Бутерброд с повидлом	50/15	4		50	155	3,04	
Итого за завтрак		552	18	22	107	635		76,36



УТВЕРЖДАЮ

ИП Резяпова Г.Р.

Директор Резяпова А.Я.



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



Согласовано
Директор МБОУ СОШ с. Трунтайшево
ИП Резяпов А.Я.



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



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

Меню на 19 ноября 2024 г.

День: вторник

Сезон: осень

Рацион: дети из ММС,
(1-4 классы), РП

Неделя: 2

Возрастная категория: 7-11 лет

Меню на 19 ноября 2024 г.

День: вторник

Сезон: осень

Рацион: дети из
ММС (5-11
классы)

Неделя: 2

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Каша гречневая рассыпчатая	150/4	9	6	39	265	65	
	Куры отварные (бедр)	70	18	15		229	521	
	Соус томатный	30		1	2	22	593,05	
	Напиток из свежих мороженных ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за завтрак		514	32	23	86	728		69,57

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Каша гречневая рассыпчатая	180/5	10	7	45	288	65,02	
	Куры отварные (бедр)	70	18	15		229	521	
	Соус томатный	40	1	3	3	29	593,06	
	Напиток из свежих мороженных ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за завтрак		555	34	26	93	758		76,36



Меню на 20 ноября 2024 г.

Рацион: дети из
ММС,
(1-4 классы), РП

День: среда

Сезон: осень

Неделя: 4

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Огурцы соленые	30				3	469,03	
	Плов из говядины	150	11	13	31	284	461,1	
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02	
	Сок фруктовый	100	1		13	46	50	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за завтрак		530	16	14	77	496		69,57

Меню на 20 ноября 2024 г.

Рацион: дети из ММС
(5-11 классы)

День: среда

Сезон: осень

Неделя: 4

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Огурцы соленые	40				4	469	
	Плов из говядины	180	13	16	37	341	461,11	
	Чай с сахаром	200			9	36	92,04	
	Сок фруктовый	100	1		13	46	50	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за завтрак		570	18	17	83	550		76,36



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



УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ СОШ с. Трунтайшево
ИП Резяпова Г.Р.
Директор Резяпов А.Я.



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

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



Меню на 21 ноября 2024 г.

Рацион: дети из
МБОУ,
(1-4 классы), РП

День: четверг

Сезон: осень

Неделя: 4

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептур	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Картофельное пюре	150/4	3	5	22	140	107,08	
	Рыба,(филе) тушеная в томате с овощами	30/40	12	4	2	215	187	
	Кекс Махариши для детского питания с джемом из лесных	33,3	15,1	7,32	17,3	142,5		
	Напиток из свежих мороженных ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за завтрак		517,3	35,1	17,32	86,3	709,5		69,57

Меню на 21 ноября 2024 г.

Рацион: дети из ММС
(5-11 классы)

День: четверг

Сезон: осень

Неделя: 4

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептур	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Картофельное пюре	180/5	4	5	26	164	107,1	
	Рыба,(филе) тушеная в томате с овощами	30/40	12	4	2	215	187	
	Кекс Махариши для детского питания с джемом из лесных	33,3	15,1	7,32	17,3	142,5		
	Напиток из свежих мороженных ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	Хлеб пшеничный	55	4,34	0,55	26,56	135,3	27,01	
Итого за завтрак		553,3	36,4	16,9	92,86	745,8		76,36



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



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



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



Меню на 22 ноября 2024 г.

Рацион: дети из
ММС,
(1-4 классы), РП

День: пятница

Сезон: осень

Неделя: 4

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Капша пшеничная молочная жидкая	180/4,5	7	8	33	230	73,02	
	Напиток из свежих яблок	200/20			8	32	102,14	
	Йогурт	100	5	3	12,6	84,5	104,01	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за завтрак		554,5	16	12	77,6	469,5	486,2	69,57

Меню на 22 ноября 2024 г.

Рацион: дети из ММС
(5-11 классы)

День: пятница

Сезон: осень

Неделя: 4

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Капша пшеничная молочная жидкая	180/4,5	7	8	33	230	73,02	
	Напиток из свежих яблок	200/20			8	32	102,14	
	Йогурт	100	5	3	12,6	84,5	104,01	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за завтрак		554,5	16	12	77,6	469,5		76,36



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



УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.Я.

Меню на 25 ноября 2024 г.

Рацион: дети из ММС, (1-4
классы), РП

День: понедельник

Сезон: осень

Неделя: 5

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценност ь (ккал)	№ рецептур ы	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Каша гречневая рассыпчатая	150/4	9	6	39	265	65	
	Котлеты из мяса птицы	60	6	10	12	194	486,01	
	Соус томатный	30		1	2	22	593,05	
	Напиток из свежих мороженных ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за завтрак		504	20	18	98	693		69,57



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

Меню на 25 ноября 2024 г.

Рацион: дети из ММС
(5-11 классы)

День: понедельник

Сезон: осень

Неделя 5 гарше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценност ь (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
завтрак	Капа гречневая рассыпчатая	180/5	10	7	45	288	65,02
	Котлеты из мяса птицы	60	6	10	12	194	486,01
	Соус томатный	40	1	3	3	29	593,06
	Напиток из свежих мороженных ягод	200/10	1		21	89	102,03
	Хлеб пшеничный	55	4	1	27	135	207,01
Итого за завтрак		550	22	21	108	735	



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



Согласовано
Директор МБОУ СОШ с. Трунтаишево
Фазрахманова Г.М.



Согласовано
Директор МБОУ СОШ с. Трунтаишево
Фазрахманова Г.М.
Директор Резяпов А.Я.



Согласовано
Директор МБОУ СОШ с. Трунтаишево
Фазрахманова Г.М.



УТВЕРЖДАЮ

ИП Резяпова Г.Р.

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 26 ноября 2024 г.

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

День: вторник

Сезон: осень

Неделя: 5

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Каша "Артек" молочная	150/4	6,1	5,78	55,9	276	69,01	
	Йогурт	100	5	3	12,6	84,5	104,01	
	Напиток из свежих мороженых ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за завтрак		514	16,1	9,78	113,5	572,5		69,57

Меню на 26 ноября 2024 г.

Рацион: дети из ММС
(5-11 классы)

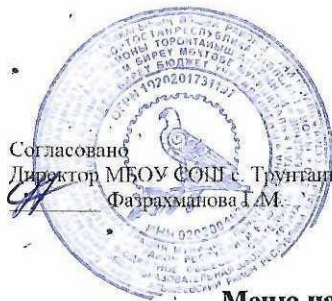
День: вторник

Сезон: осень

Неделя: 5

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Каша "Артек" молочная	180/4,5	7	7	67	355	69,02	
	Йогурт	100	5	3	12,6	84,5	104,01	
	Напиток из свежих мороженых ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	Хлеб пшеничный	55	4	1	27	135	207,01	
Итого за завтрак		549,5	17	11	127,6	663,5		76,36



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



УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ СОШ с. Трунтайшево
И.П. Резяпова
Директор Резяпов А.Я.

Меню на 27 ноября 2024 г.

Рацион: дети из
ММС,
(1-4 классы), РП

День: среда

Сезон: осень

Неделя: 5

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Салат из свеклы с соевыми огурцами	60	0,74	6,05	3,95	73,39	23,02	
	Плов из мяса кур	150	11	19	30	320	64,18	
	Печенье 2 шт	30	1,54	4,04	16,44	108,2	132	
	Напиток витаминизированный ВитаЛайт	200/8			19	80	102,04	
	Хлеб пшеничный	55	4,34	0,55	26,56	135,3	27,01	
Итого за завтрак		503	17,62	29,64	95,95	716,9		69,57



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

Меню на 27 ноября 2024 г.

Рацион: дети из ММС
(5-11 классы)

День: среда

Сезон: осень

Неделя: 5

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Салат из свеклы с соевыми огурцами	60	0,74	6,05	3,95	73,39	23,02	
	Плов из мяса кур	200	13	21	48	389	64,2	
	Печенье 2 шт	30	1,54	4,04	16,44	108,24	132	
	Напиток витаминизированный ВитаЛайт	200/8			19	80	102,04	
	Хлеб пшеничный	55	4,34	0,55	26,56	135,3	27,01	
Итого за завтрак		553	19,6	31,6	114	785,93		76,36

УТВЕРЖДАЮ

И.П. Резяпова Г.Р.

Директор Резяпов А.Я.



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



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



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



Меню на 28 ноября 2024 г.

Рацион: дети из
ММС,
(1-4 классы), РП

День: четверг

Сезон: осень

Неделя: 5

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Салат из квашеной капусты	40	0,9	2,05	3,06	34,66		
	Пельмени Сказка	180	15	24	23	441	219	
	Соус томатный	30		1	2	22	593,05	
	Чай витаминный	200/5			11	39	102,04	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за завтрак		505	19,9	28,05	63,06	659,7		69,57

Меню на 28 ноября 2024 г.

Рацион: дети из ММС
(5-11 классы)

День: четверг

Сезон: осень

Неделя: 5

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Салат из квашеной капусты	60	1,39	3,08	4,6	52		
	Пельмени Сказка	200	16	27	26	490	219	
	Соус томатный	50	1,17	3,3	3,47	33,67	593,1	
	Чай витаминный	200/5			11	39	102,04	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за завтрак		565	22,6	34,4	69,07	737,67		76,36



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



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

Меню на 29 ноября 2024 г.

Рацион: дети из
ММС,

День: пятница

Сезон: осень

Неделя: 5

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Каша молочная "Дружба"	150/4	4,9	6,42	24,93	201	74,02	
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	94,02	
	Бутерброд с сыром	50/10	3,9	13,97	23,72	237,3	3,04	
	Фрукты	140	1	1	14	66	101,02	
Итого за завтрак		561	9,8	21,39	72,65	546,3		69,57



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



УТВЕРЖДАЮ

ИП Резяпова Г.Р.

Директор Резяпов А.Я

Меню на 29 ноября 2024 г.

Рацион: дети из ММС
(5-11 классы)

День: пятница

Сезон: осень

Неделя: 5

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Каша молочная "Дружба"	150/4	4,9	6,42	24,93	201	74,02	
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	94,02	
	Бутерброд с сыром	50/10	3,9	14	23,72	237,25	3,04	
	Фрукты	140	1	1	14	66	101,02	
Итого за завтрак		561	9,8	21,4	72,65	546,25		76,36