



СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ

Меню на 17 января 2022 г

Директор Резяпов А.А.

УТВЕРЖДАЮ



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

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептуры	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	486,01	
	Соус томатный	30	1	2	2	22	91,01	
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	94,02	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
	Масло сливочное	8		7		60	492	
Итого за завтрак (полдник)		509	20	23	94	572		59,76
обед	Свекла отварная	40	1		4	17	14	
	Щи из свежей капусты с картофелем	200/8	4	8	8	73	10,01	
	Каша пшеничная рассыпчатая	150/3	7	4	40	213	297	
	Азу из говядины	35/30	10	14	2	170	44,02	
	Чай с сахаром	200			9	25	92,03	
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,45	39,85	118	99,01	
Итого за обед		716	25,8	26,45	102,85	616		61,90
Итого за день		1225	45,8	49,45	196,85	1188		121,66



СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ

Меню на 17 января 2022 г

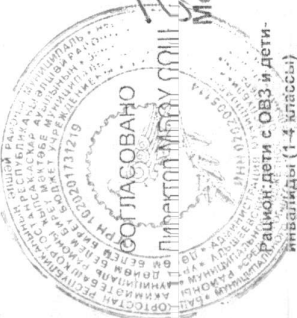
Директор Резяпов А.А.

УТВЕРЖДАЮ



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

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептуры	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	486,01	
	Соус томатный	40	1	3	3	29	91,03	
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	94,02	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
	Масло сливочное	10		7		66	492	
Итого за завтрак (полдник)		552	21	24	102	627	1368,1	67,21
обед	Свекла отварная	60	1		7	32	15	
	Щи из свежей капусты с картофелем	250/10	5	11	10	88	10,03	
	Каша пшеничная рассыпчатая	150/3	7	4	40	213	297	
	Азу из говядины	35/30	10	14	2	170	44,02	
	Чай с сахаром	200			9	25	92,03	
	Хлеб пшеничный	70	5,3	0,63	55,8	164,5	99,02	
Итого за обед		808	28,3	29,63	123,8	692,5		74,15
Итого за день		1360	49,3	53,63	225,8	1319,5		141,36



УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.А.

УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.А.

УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.А.

УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.А.

Меню на 18 января 2022 г.

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

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

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

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

Инвалиды (1-4 классы)										11 лет
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)				Ккал	№ рецеп- туры	стоимос- ть	
			Б	Ж	У					
завтрак										
	Салат из моркови	60	1	6	7	84	17			
	Жаркое по-Домашнему из говядины	150	11	12	20	230	448,01			
	Напиток из свежих мороженых ягод	200/10	1		21	89	102,03			
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03			
	Печенье "Детское"	20	0,77	1,43	5,94	35,1	118			
	Повидло	10			7	25				
Итого за завтрак(полдник) и обед		500	17,77	19,43	100,94	581,1			59,76	
обед										
	Суп картофельный с крупой пшеничной	250	5	9	20	120	31,08			
	Каша рисовая рассыпчатая	150/4	4	4	39	210	67,01			
	Гуляш из куриного филе	20/50	6	10	4	114	47,08			
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	94,02			
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,45	39,85	118	99,01			
Итого за обед		731	18,8	23,45	112,85	604			61,90	
Итого за завтрак(полдник) и обед		1231	36,57	42,88	213,79	1185,1			121,66	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)				Ккал	№ рецептур	Стоимость
			Б	Ж	У				
завтрак	Салат из моркови	80	1	8	9	112	17,01		
	Жаркое по-Домашнему из говядины	180	13	14	24	277	480,01		
	Напиток из свежих мороженных ягод	200/10	1		21	89	102,03		
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03		
	Печенье "Детское"	20	0,77	1,43	5,94	35,1	118		
	Повидло	15			10	38	504		
	Итого за завтрак(полдник) и обед	555	19,77	23,43	109,94	669,1			67,21
	обед	Суп картофельный с крупой пшеничной	250	5	9	20	120	31,08	
Каша рисовая рассыпчатая		180/5	5	5	40	228	67,02		
Гуляш из куриного филе		40/50	12	16	4	174	47,02		
Чай с лимоном и сахаром		200/7			10	42	94,02		
Хлеб пшеничный		70	5,3	0,63	55,8	164,5	99,02		
Итого за обед		802	27,3	30,63	129,8	728,5			74,15
Итого за завтрак(полдник) и обед		1357	47,07	54,06	239,74	1397,6			141,36



УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ СОШ
Директор Резяпов А.Я.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ СОШ
Директор Резяпов А.Я.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ СОШ
Директор Резяпов А.Я.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ СОШ
Директор Резяпов А.Я.

Меню на 19 января 2022 г.
Рацион: дети с 1-4 классами
Неделя: 4
День: среда
Возрастная категория: 11 лет

Меню на 19 января 2022 г.
Рацион: дети с 1-4 классами
Неделя: 4
День: среда
Возрастная категория: 11 лет

Меню на 19 января 2022 г.
Рацион: дети с 1-4 классами
Неделя: 4
День: среда
Возрастная категория: 11 лет

Меню на 19 января 2022 г.
Рацион: дети с 1-4 классами
Неделя: 4
День: среда
Возрастная категория: 11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)				Ккал	№ рецептур	Стоимость
			Б	Ж	У	Ккал			
завтрак полдник	Салат "Школьный"	60	1	5	4	65	25		
	Плов из куриного филе	180	13	23	36	363	64,07		
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	94,02		
	Сыр голландский	10	2	3		38	493		
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03		
Итого за завтрак (полдник)		507	20	31	90	646			59,76
обед	Салат из моркови	60	1	6	7	84	17		
	Суп картофельный с бобовыми	250	6	8	24	137	33,06		
	Овощное рагу с б/к мясом	160	10	12	12	198	133,05		
	Кисель из концентрата	200			10	40			
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,45	39,85	118	99,01		
Итого за обед		720	20,8	26,45	92,85	577			61,90
Итого за завтрак(полдник) и обед		1227	40,8	57,45	182,85	1223			121,66

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)				Ккал	№ рецептур	Стоимость
			Б	Ж	У	Ккал			
завтрак полдник	Салат "Школьный"	80	1	7	5	86	25,01		
	Плов из куриного филе	200	14	26	40	423	64,01		
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	94,02		
	Сыр голландский	15	4	5		56			
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03		
Итого за завтрак (полдник)		552	23	38	95	725			67,21
обед	Салат из моркови	80	1	8	9	112	17,01		
	Суп картофельный с бобовыми	250	6	8	23	130	33,02		
	Овощное рагу с б/к мясом	200	16	20	16	291	133,04		
	Кисель из концентрата	200			10	40			
	Хлеб пшеничный	70	5,3	0,63	55,8	164,5	99,02		
Итого за обед		800	28,3	36,63	113,8	737,5			74,15
Итого за завтрак(полдник) и обед		1352	51,3	74,63	208,8	1462,5			141,36



УТВЕРЖДАЮ

Директор Республиканского центра

Меню на 20 января 2022 г..

Возрастная категория: 7-11 лет

День: четверг

Возрастная категория: 4

День: четверг

Возрастная категория: 4

День: четверг

Возрастная категория: 4

День: четверг

Возрастная категория: 4

День: четверг

Возрастная категория: 4

День: четверг

Возрастная категория: 4

День: четверг

Возрастная категория: 4

День: четверг

Возрастная категория: 4

День: четверг

Возрастная категория: 4

День: четверг

Возрастная категория: 4

День: четверг

Возрастная категория: 4

День: четверг

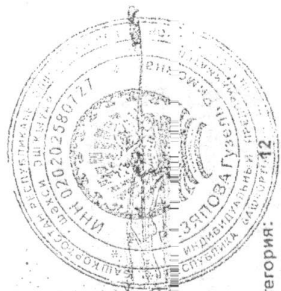
Возрастная категория: 4

День: четверг

Возрастная категория: 4

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептуры	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Картофельное пюре	150/4	3	5	22	140	107,01	
	Гуляш из говядины	20/50	7	9	4	123	47,18	
	Чай витаминный	200/5			11	39	102,04	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
	Кисломолочный продукт	100	3	3	4	59	106,07	
Итого за завтрак (полдник)		579	17	17	81	479		59,76
обед	Борщ с капустой и картофелем	200/8	4	8	11	81	27,01	
	Макаронные изделия отварные	150/4	6	4	37	204	77,01	
	Котлеты из мяса птицы	60	9	10	5	126	486,01	
	Соус томатный	30	1	2	2	22	91,01	
	Чай с сахаром	200			10	40	92,04	
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,45	39,85	118	99,01	
Итого за обед		702	23,8	24,45	104,85	591		61,90
Итого за завтрак(полдник) и обед		1281	40,8	41,45	185,85	1070		121,66

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептуры	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Картофельное пюре	150/4	3	5	22	140	107,01	
	Гуляш из говядины	20/50	7	9	4	123	47,18	
	Чай витаминный	200/5			11	39	102,04	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
	Кисломолочный продукт	100	3	3	4	59	106,07	
Итого за завтрак (полдник)		579	17	17	81	479		67,21
обед	Борщ с капустой и картофелем	250/10	5	10	14	104	27,02	
	Макаронные изделия отварные	180/5	7	4	44	246	77,02	
	Котлеты из мяса птицы	60	9	10	5	126	486,01	
	Соус томатный	30	1	2	2	22	91,01	
	Чай с сахаром	200			10	40	92,04	
	Хлеб пшеничный	70	5,3	0,63	55,8	164,5	99,02	
Итого за обед		805	27,3	26,63	130,8	702,5		74,15
Итого за завтрак(полдник) и обед		1384	44,3	43,63	211,8	1181,5		141,36



УТВЕРЖДАЮ

Директор Резапов А.А.

Меню на 21 января 2022 г.

День: пятница

Неделя: 4

Возрастная категория: лет и старше



СОГЛАСОВАНО

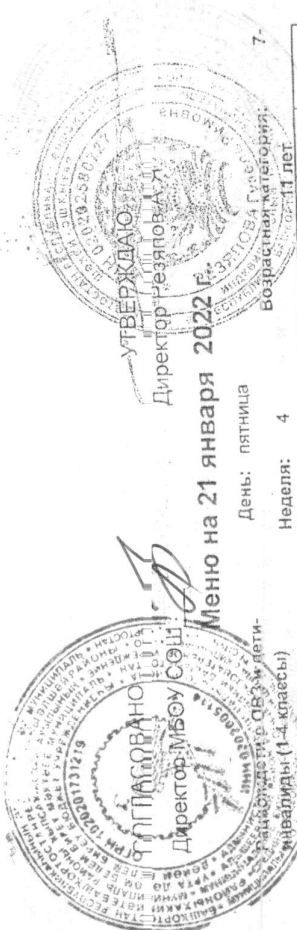
Директор МБОУ СОШ

Рациональное питание

рациональное питание

инвалиды (5-11 классы)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)				Ккал	№ рецептур	Стоимость
			Б	Ж	У	У			
завтрак	Каша рисовая молочная жидкая	180/4,5	5	8	26	194	72,01		
полдник	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	94,02		
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03		
	Фрукты	120			12	56	101,03		
	Печенье "Детское"	20	0,77	1,43	5,94	35,1	118		
Итого за завтрак (полдник)		581,5	9,77	9,43	93,94	445,1			67,21
обед	Салат из белокочанной капусты	60	1	3	7	63	5,01		
	Рассольник	250/10	5	10	18	124	26,02		
	"Ленинградский"	150/4	3	5	22	140	107,01		
	Картофельное пюре	50	6	7	2	94	29,05		
	Мясо тушеное с овощами	200/10	1		21	89	102,03		
	Напиток из свежих мороженых ягод	70	5,3	0,63	55,8	164,5	99,02		
	Хлеб пшеничный								
Итого за обед		804	21,3	25,63	125,8	674,5			74,15
Итого за завтрак(полдник) и обед		1385,5	31,07	35,06	219,74	1119,6			141,36



УТВЕРЖДАЮ

Директор Резапов А.А.

Меню на 21 января 2022 г.

День: пятница

Неделя: 4

Возрастная категория: лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)				Ккал	№ рецептур	Стоимость
			Б	Ж	У	У			
завтрак	Каша рисовая молочная жидкая	150/4	4	6	22	161	71		
полдник	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	94,02		
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03		
	Фрукты	120			12	56	101,03		
	Печенье "Детское"	20	0,77	1,43	5,94	35,1	118		
Итого за завтрак (полдник)		551	8,77	7,43	83,94	412,1			59,76
обед	Салат из белокочанной капусты	60	1	3	7	63	5,01		
	Рассольник	200/8	4	7	14	99	26,01		
	"Ленинградский"	150/4	3	5	22	140	107,01		
	Картофельное пюре	50	6	7	2	94	29,05		
	Мясо тушеное с овощами	200/10	1		21	89	102,03		
	Напиток из свежих мороженых ягод	50	3,8	0,45	39,85	118	99,01		
	Хлеб пшеничный								
Итого за обед		732	18,8	22,45	105,85	603			61,90
Итого за завтрак(полдник) и обед		1283	27,57	29,88	195,79	1015,1			121,66



УТВЕРЖДАЮ
Директор Рязанов А. Я.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ
Директор Рязанов А. Я.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ СОШ

Меню на 24 января 2022 г.

Меню на 24 января 2022 г.

Меню на 24 января 2022 г.

Меню на 24 января 2022 г.

12

День: понедельник

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

7-

День: понедельник

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

Возрастная категория: лет и старше

Неделя: 5

Возрастная категория: 11 лет

Неделя: 5

Возрастная категория: 5 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Макаронные изделия отварные	180/5	7	4	44	246	77.02	
полдник	Гуляш из отварной говядины	20/50	10	10	4	144	47.18	
	Напиток из свежих мороженых ягод	200/10	1		21	89	102.03	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128.03	
	Печенье "Детское"	20	0.77	1.43	5.94	35.1	118	
	Повидло	15			10	38	504	
Итого за завтрак (полдник)		550	22.77	15.43	124.94	670.1		67.21
обед	Салат из моркови	80	1	8	9	112	17.01	
	Борщ с капустой и картофелем	250/10	5	10	14	104	27.02	
	Плов из курицы	200	14	25	40	443	64.03	
	Чай с сахаром	200			9	25	92.03	
	Хлеб пшеничный	70	5.3	0.63	55.8	164.5	99.02	
Итого за обед		810	25.3	43.63	127.8	848.5		74.15
Итого за завтрак(полдник) и обед		1360	48.07	59.06	252.74	1518.6		141.36

завтрак	Макаронные изделия отварные	150/4	6	4	37	204	77.01	
полдник	Гуляш из отварной говядины	20/50	10	10	4	144	47.18	
	Напиток из свежих мороженых ягод	200/10	1		21	89	102.03	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128.03	
	Печенье "Детское"	20	0.77	1.43	5.94	35.1	118	
	Повидло	10			7	25		
Итого за завтрак (полдник)		514	21.77	15.43	114.94	615.1		59.76
обед	Салат из моркови	60	1	6	7	84	17	
	Борщ с капустой и картофелем	200/8	4	8	11	81	27.01	
	Плов из курицы	200	14	25	40	443	64.03	
	Чай с сахаром	200			9	25	92.03	
	Хлеб пшеничный	50	3.8	0.45	39.85	118	99.01	
Итого за обед		718	22.8	39.45	106.85	751		61.90
Итого за завтрак(полдник) и обед		1232	44.57	54.88	221.79	1366.1		121.66



СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ



УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ



СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ



УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ

Меню на 25 января 2022 г

День: вторник

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

7-

День: вторник

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

Неделя: 5

7-

Возрастная категория: 11 лет

Неделя: 5

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Кал	№ рецептуры	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Салат "Здоровье"	60	1	3	5	52	34,01	
	Каша гречневая рассыпчатая	150/4	8	5	35	224	65	
	Мясо тушеное с овощами	50	6	7	2	94	29,05	
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	94,02	
	Сыр голландский	10	2	3		38	493	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
Итого за завтрак (полдник)		531	21	18	92	568		59,76
обед	Салат из белокочанной капусты	60	1	3	7	63	5,01	
	Суп картофельный с крупой пшеничной	250	5	9	20	120	31,08	
	Жаркое по-домашнему из курицы	150	14	18	28	324	51,07	
	Чай витаминный	200/5			11	39	102,94	
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,45	39,85	118	99,01	
Итого за обед		715	23,8	30,45	105,85	664		61,90
Итого за завтрак(полдник) и обед		1246	44,8	48,45	197,85	1232		121,66

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Кал	№ рецептуры	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Салат "Здоровье"	80	1	4	7	70	34,08	
	Каша гречневая рассыпчатая	150/4	8	5	35	224	65	
	Мясо тушеное с овощами	50	6	7	2	94	29,05	
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	94,02	
	Сыр голландский	15	4	5		56		
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
Итого за завтрак (полдник)		556	23	21	94	604		67,21
обед	Салат из белокочанной капусты	80	2	4	9	83	5,02	
	Суп картофельный с крупой пшеничной	250	5	9	20	120	31,08	
	Жаркое по-домашнему из курицы	200	16	19	27	337	51,04	
	Чай витаминный	200/5			11	39	102,94	
	Хлеб пшеничный	70	5,3	0,63	55,8	164,5	99,02	
Итого за обед		805	28,3	32,63	122,8	743,5		74,15
Итого за завтрак(полдник) и обед		1361	51,3	53,63	216,8	1347,5		141,36



СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор Рязанов А.А.

Директор МБОУ СОШ

Меню на 26 января 2022 г.

Меню на 26 января 2022 г.

Рацион для детей с ОВЗ и детей-инвалидов (5-11 классы)

Рацион для детей с ОВЗ и детей-инвалидов (5-11 классы)

День: среда

День: среда

Неделя: 5

Неделя: 5

Возрастная категория: 7-11 лет

Возрастная категория: 7-11 лет

Стоимость

Стоимость

№ рецептур

№ рецептур

Ккал

Ккал

Пищевые вещества (г)

Пищевые вещества (г)

Б

Б

Ж

Ж

У

У

Выход блюда

Выход блюда

Наименование блюда

Наименование блюда

Прием пищи

Прием пищи

завтрак

завтрак

полдник

полдник

Итого за завтрак (полдник)

Итого за завтрак (полдник)

обед

обед

Итого за обед

Итого за обед

Итого за завтрак(полдник) и обед

Итого за завтрак(полдник) и обед

74,15

74,15

141,36

141,36

67,21

67,21

579,05

579,05

84,84

84,84

29,05

29,05

17,83

17,83

579,05

579,05

84,84

84,84

29,05

29,05

17,83

17,83

579,05

579,05

84,84

84,84

29,05

29,05

17,83

17,83

579,05

579,05

84,84

84,84

29,05

29,05

17,83

17,83

579,05

579,05



УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.Я.

Меню на 27 января 2022 г.

День: четверг

Возрастная категория: 5 лет и старше

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

7-

Возрастная категория: 11 лет

День: четверг

Меню на 27 января 2022 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор Резяпов А.Я.

Директор МБОУ СОШ

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

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептуры	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Салат из моркови	60	1	6	7	84	17	
	Плов из куриного филе	150	14	18	24	320	64	
	Чай с сахаром	200			10	40	92,04	
	Кисломолочный продукт	100	3	3	4	59	106,07	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
Итого за завтрак (полдник)		560	22	27	85	621		59,76
обед	Щи из свежей капусты с картофелем	250/10	5	11	10	88	10,03	
	Каша гречневая рассыпчатая	150/4	8	5	35	224	65	
	Азу из говядины	35/30	10	17	3	209	44,05	
	Напиток из свежих мороженных ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,45	39,85	118	99,01	
Итого за обед		739	27,8	33,45	108,85	728		61,90
Итого за завтрак(полдник) и обед		1299	49,8	60,45	193,85	1349		121,66

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептуры	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Салат из моркови	60	1	6	7	84	17	
	Плов из куриного филе	180	13	23	36	383	64,07	
	Чай с сахаром	200			10	40	92,04	
	Кисломолочный продукт	100	3	3	4	59	106,07	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
Итого за завтрак (полдник)		590	21	32	97	684		67,21
обед	Щи из свежей капусты с картофелем	250/10	5	11	10	88	10,03	
	Каша гречневая рассыпчатая	180/5	11	6	49	297	65,02	
	Азу из говядины	35/50	10	17	3	209	44,05	
	Напиток из свежих мороженных ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	Хлеб пшеничный	70	5,3	0,63	55,8	164,5	99,02	
Итого за обед		810	32,3	34,63	138,8	847,5		74,15
Итого за завтрак(полдник) и обед		1400	53,3	66,63	235,8	1531,5		141,36



УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

УТВЕРЖДАЮ

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 28 января 2022 г.

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

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептуры	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Каша молочная "Дружба"	150/4	5	6	25	177	74	
полдник	Чай с сахаром	200			10	40	92,04	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
	Повидло	10			7	25		
	Фрукты	120			12	56	101,03	
Итого за завтрак (полдник)		534	9	6	94	416		59,76
обед	Салат "Школьный"	60	1	5	4	65	25	
	Суп картофельный с бобовыми	200	5	7	18	104	33,04	
	Макаронные изделия отварные	150/4	6	4	37	204	77,01	
	Мясо тушеное с овощами	50	6	7	2	94	29,05	
	Кисель из концентрата	200			10	40		
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,45	39,85	118	99,01	
Итого за обед		714	21,8	23,45	110,85	625		61,90
Итого за завтрак(полдник) и обед		1248	30,8	29,45	204,85	1041		121,66

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

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептуры	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Каша молочная "Дружба"	180/5	6	7	30	210	74,02	
полдник	Чай с сахаром	200			10	40	92,04	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
	Повидло	15			10	38		
	Фрукты	120			12	56	101,03	
Итого за завтрак (полдник)		570	10	7	102	462		67,21
обед	Салат "Школьный"	80	1	7	5	86	25,01	
	Суп картофельный с бобовыми	250	6	8	24	137	33,02	
	Макаронные изделия отварные	180/5	7	4	44	246	77,02	
	Мясо тушеное с овощами	50	6	7	2	94	29,05	
	Кисель из концентрата	200			10	40		
	Хлеб пшеничный	70	5,3	0,63	55,8	164,5	99,02	
Итого за обед		835	25,3	26,63	140,8	767,5		74,15
Итого за завтрак(полдник) и обед		1374	35,3	33,63	242,8	1229,5		141,36



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

День: понедельник
Неделя: 6

Возрастная категория: 7-11 лет

Меню на 31 января 2022 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Макаронные изделия отварные	150/4	6	4	37	204	77,01	
	Котлеты из мяса птицы	60	9	10	5	126	486,01	
	Соус томатный	30	1	2	2	22	91,01	
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	94,02	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
	Масло сливочное	8		7		60	492	
Итого за завтрак (полдник)		509	20	23	94	572		59,76
обед	Свекла отварная	40	1		4	17	14	
	Щи из свежей капусты с картофелем	200/8	4	8	8	73	10,01	
	Каша пшеничная рассыпчатая	150/3	7	4	40	213	297	
	Азу из говядины	35/30	10	14	2	170	44,02	
	Чай с сахаром	200			9	25	92,03	
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,45	39,85	118	99,01	
Итого за обед		716	25,8	26,45	102,85	616		61,90
Итого за день		1225	45,8	49,45	196,85	1183		121,66

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

День: понедельник
Неделя: 6

Возрастная категория: 12 лет и старше

Меню на 31 января 2022 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ккал	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Макаронные изделия отварные	180/5	7	4	44	246	77,02	
	Котлеты из мяса птицы	60	9	10	5	126	486,01	
	Соус томатный	40	1	3	3	29	91,03	
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	94,02	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
	Масло сливочное	10		7		66	492	
Итого за завтрак (полдник)		552	21	24	102	627		67,21
обед	Свекла отварная	60	1		7	32	15	
	Щи из свежей капусты с картофелем	250/10	5	11	10	88	10,03	
	Каша пшеничная рассыпчатая	150/3	7	4	40	213	297	
	Азу из говядины	35/30	10	14	2	170	44,02	
	Чай с сахаром	200			9	25	92,03	
	Хлеб пшеничный	70	5,3	0,63	55,8	164,5	99,02	
Итого за обед		808	28,3	29,63	123,8	692,5		74,15
Итого за день		1360	49,3	53,63	225,8	1319,5		141,36