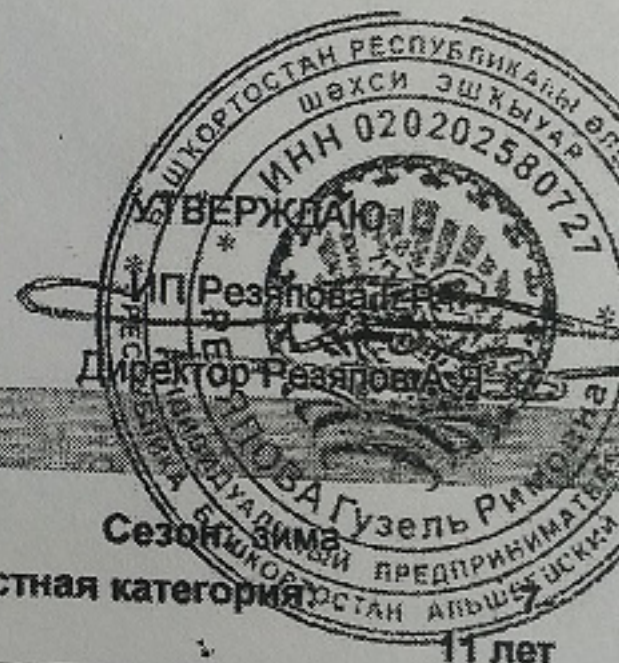


СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ _____



Меню на 1 февраля 2023 г

Рацион: дети из
ММС, 1-4 классы, РП

День: среда

Сезон: зима

Неделя: 1

Возрастная категория

11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Салат Осень	40	1	3	7	63	485	
	Овощное рагу с мясом	160	10	12	12	198	133,05	
	Чай витаминный	200/5			11	39	102,04	
	Печенье Слободка 1 шт	50	4	5	35	195	100,01	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
Итого за завтрак		505	19	19	103	591		59,76

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

(подпись)

Ахметзянова З.Я.

Меню на 2 февраля 2023 г

Рацион: дети из
ММС, 1-4 классы, РП

День: четверг

Неделя: 1

Возрастная категория: 7-11 лет



Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Винегрет овощной	40	0,56	1,07	3,57	25,8	45,01	
	Картофельное пюре	150/4	3	5	22	140	107,01	
	Рыба, (филе) тушеная в томате с овощами	30/40	12	4	2	89	434	
	Компот из смеси сухофруктов	200			15	60	97,02	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
Итого за завтрак		514	19,6	10,07	82,6	432,8		59,76

директор МБОУ СОШ
д. Красный Клин

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

Ахметзянов З. Я.

Меню на 3 февраля 2023 г

Рацион: дети из
ММС, 1-4 классы, РП

День: пятница

Сезон: зима

Неделя: 1

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 вязкая	180/4,5	2,54	6,74	8,6	105,2	69,02	
	Чай с сахаром	200			10	40	92,02	
	Десерт Витаминный	60	2	3	35	77	527	
	Бутерброд с маслом	50/10	4	9	40	192	1,04	
Итого за завтрак		504,5	14	19	124	562		59,76

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

(подпись)

Ахметзянова

Меню на 6 февраля 2023 г

Рацион: дети из
ММС, 1-4 классы, РП

День: понедельник

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	Маринад овощной	30	1	3	4	44	509,01	
	Макаронные изделия отварные	150/4	6	4	37	204	77,01	
	Котлеты из мяса птицы	60	6	10	12	194	486,01	
	Чай витаминный	200/5			11	39	102,04	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
Итого за завтрак		499	17	18	106	621		59,76

директор

д. к. р. а. н.

(подпись)

Ахметзянова З.Я.

Меню на 7 февраля 2023 г

День: вторник

Неделя: 2

Возрастная категория: 7-11 лет

Рацион: дети из
ММС, 1-4 классы, РП

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Салат "Здоровье"	60	1	3	5	52	34,01	
	Жаркое по -Домашнему из говядины	180	13	14	24	277	480,01	
	Компот из смеси сухофруктов	200			15	60	97,02	
	Мармелад	20			1	3	532	
	Хлеб пшеничный	50			40	118	128,03	
Итого за завтрак		510	18	17	85	510		59,76

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ _____



Меню на 8 февраля 2023 г

Рацион: дети из
ММС, 1-4 классы, РП

День: среда

Неделя: 2

Сезон: зима
Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценност ь (ккал)	Не рецептуры	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Салат из белокочанной капусты	60	1	3	7	63	5,01	
	Плов из говядины	150	11	13	31	284	446,01	
	Печенье Слободка 1 шт	50	4	5	35	195	100,01	
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	94,02	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
Итого за завтрак		517	20	21	123	702		59,76

директор МБОУ СОШ

Д. Кривонизский

(подпись)

Ахметзянова З.И.

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ _____

Меню на 9 февраля 2023 г

Рацион: дети из
ММС, 1-4 классы, РП

День: четверг

Сезон: зима

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 соленые	30			1	4		
	Картофельное пюре	150/4	3	5	22	140	107,01	
	Куры отварные (бедрa)	70	19	20		252	521	
	Соус томатный	30		1	2	22	91,01	
	Напиток из свежих мороженых ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
Итого за завтрак		544	27	26	86	625	859,76	

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ _____

Д. Красный

(подпись)

Ахметзянова З.Я.

Меню на 10 февраля 2023 г

УТВЕРЖДАЮ

И.П. Резяпова Г.Р.

Директор Резяпов А.Я.

Рацион: дети из
ММС, 1-4 классы, РП

День: пятница

Сезон: зима

Неделя: 2

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге- тически я ценност ь (ккал)	№ рецептуры	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Каша молочная "Дружба"	150/4	5	6	25	177	74	
	Чай с сахаром	200			9	25	92,04	
	Бутерброд с повидлом	50/15	4		50	155	3,04	
	Яблоки	140	1	1	14	66	101,02	
Итого за завтрак		559	10	6	97	403		59,76

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

Директор

Д. К.

Ахметзянова З.Я

Меню на 13 февраля 2023 г

Рацион: дети из
ММС, 1-4 классы, РП

День: понедельник

Сезон: зима

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	Макаронные изделия с тертым сыром	150/8	8	6	37	237	77,06	
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	94,02	
	Сок фруктовый	100	1		13	46	496	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
Итого за завтрак		515	13	6	100	443	2025,807	59,76

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ



Меню на 14 февраля 2023 г

Рацион: дети из
ММС, 1-4 классы, РП

День: вторник

Сезон: зима

Неделя: 3

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	На рецептуры	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Салат "Пестрый"	40	1	2	5	41	26	
	Плов из куриного филе	180	13	23	36	383	64,07	
	Напиток из свежих мороженных ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	Мармелад	20			1	3	532	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
Итого за завтрак		500	19	26	105	656		59,76

директор

Д. К.

(подпись)

Ахметзянова З.Я.

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ _____

Меню на 15 февраля 2023 г

Рацион: дети из
ММС, 1-4 классы, РП

День: среда

Сезон: зима

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 Осень	40	1	3	7	63	485	
	Овощное рагу с мясом	160	10	12	12	198	133,05	
	Чай витаминный	200/5			11	39	102,04	
	Печенье Слободка 1 шт	50	4	5	35	195	100,01	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
Итого за завтрак		505	19	19	103	591		59,76

Меню на 16 февраля 2023 г

Рацион: дети из
ММС, 1-4 классы, РП

День: четверг

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	Винегрет овощной	40	0,56	1,07	3,57	25,8	45,01	
	Картофельное пюре	150/4	3	5	22	140	107,01	
	Рыба, (филе) тушеная в томате с овощами	30/40	12	4	2	89	434	
	Компот из смеси сухофруктов	200			15	60	97,02	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
	Итого за завтрак	514	19,6	10,07	82,6	432,8		59,76

директор

Д. К.

(подпись)

Ахметзянова З.Я

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

Меню на 17 февраля 2023 г

Рацион: дети из
ММС, 1-4 классы, РП

День: пятница

Неделя: 3

Сезон: зима
Возрастная категория:
7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Каша "Артек" молочная вязкая	180/4,5	2,54	6,74	8,6	105,2	69,02	
	Чай с сахаром	200			10	40	92,02	
	Десерт Витаминный	60	2	3	35	77	527	
	Бутерброд с маслом	50/10	4	9	40	192	1,04	
Итого за завтрак		#ЗНАЧИ	14	19	124	562		59,76

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ _____

Меню на 20 февраля 2023 г

Рацион: дети из
ММС, 1-4 классы, РП

День: понедельник

Неделя: 4

Возрастная категория:
7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическа я ценност ь (ккал)	№ рецептуры	стоимос ть
			Б	Ж	У			
завтрак	Маринад овощной	30	1	3	4	44	509,01	
	Макаронные изделия отварные	150/4	6	4	37	204	77,01	
	Котлеты из мяса птицы	60	6	10	12	194	486,01	
	Чай витаминный	200/5			11	39	102,04	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
Итого за завтрак		499	17	18	106	621		59,76

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

(подпись)

Ахметзянова З.Я

Меню на 21 февраля 2023 г

Рацион: дети из
ММС, 1-4 классы, РП

День: вторник

Сезон: зима

Неделя: 4

Возрастная категория:
7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Салат "Здоровье"	60	1	3	5	52	34,01	
	Жаркое по -Домашнему из говядины	180	13	14	24	277	480,01	
	Компот из смеси сухофруктов	200			15	60	97,02	
	Мармелад	20			1	3	532	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
Итого за завтрак		510	18	17	85	510		59,76

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

директор

(подпись)

Меню на 22 февраля 2023 г.

Рацион: дети из

ММС, 1-4 классы, РП

День: среда

Неделя: 4

Возрастная категория:

7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Салат из белокочанной капусты	60	1	3	7	63	5,01	
	Плов из говядины	150	11	13	31	284	446,01	
	Печенье Слободка 1 шт	50	4	5	35	195	100,01	
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	94,02	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
	Итого за завтрак	517	20	21	123	702		59,76



СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ

Ахметзянова З.Н.

Меню на 27 февраля 2023 г

Рацион: дети из
ММС, 1-4 классы, РП

День: понедельник

Сезон: зима

Неделя: 5

Возрастная категория:
7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Макаронные изделия с тертым сыром	150/8	8	6	37	237	77,06	
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	94,02	
	Сок фруктовый	100	1		13	46	496	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
	Итого за завтрак	515	13	6	100	443		59,76

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ _____

директор МБОУ СОШ
 Д. Крестьянинов
 (подпись)
 Ахметзянова З.Д.

Меню на 28 февраля 2023 г.

День: вторник

Неделя: 5

Сезон: зима

Возрастная категория:

7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Салат "Пестрый"	40	1	2	5	41	26	
	Плов из куриного филе	180	13	23	36	383	64,07	
	Напиток из свежих мороженных ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	Мармелад	20			1	3	532	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128,03	
Итого за завтрак		500	19	26	105	656		59



Дотация

Меню на 28 февраля 2023 г.

Прием м пищи	Наименование блюда	Выход д блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг е- тичес	№ рецеп туры	
			Б	Ж	У			
	Огурцы соленые	20			0,5	2,5		
	Плов из куриного филе	150	11	13	31	284	446	
	Чай с сахаром	200			9	25	92,04	
	Хлеб пшеничный	50	4		40	118	128	
	Вафли	1 шт	1	1	14	64	112,1	
Итого		438	16	14	94,5	493,5	332,2	