



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

Согласовано
Директор МБОУ «Средняя общеобразовательная школа №1»
Офисная И.М.



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

Согласовано
Директор МБОУ «Средняя общеобразовательная школа №1»
Офисная И.М.



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

Меню на 5 ноября 2025 г.

Рацион: дети из ММС,РП, (1-4 классы)		День: Неделя:	среда	Сезон:		осень								
				Возрастная категория:7-11 лет										
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества		Энергетическая ценность	№ рецепт уры	стоимос ть							
			(г)											
			Б	Ж	У									
			завтрак											
					150/10	10	8	44	288	77,04				
		100	1		13	46	50							
		200/7			10	42	94,02							
		50	4	1	24	123	207							
Итого за завтрак		547	15	9	91	499		71,09						

Меню на 5 ноября 2025 г.

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			Энергетическая ценность	№ рецептур ы	стоимость	
			(г)						
			Б	Ж	У				
завтрак									
	Макаронные изделия с тертым сыром	180/10	10	8	44	288	77,04		
	Сок фруктовый	100	1		13	46	50		
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	94,02		
	Хлеб пшеничный	55	4	1	27	135	207,01		
	Итого за завтрак	552	15	9	94	511			78,02



Согласовано
Директор МКОУ СОШ
с.Трунташское
Фархатова Г.М.



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



Согласовано
Директор МКОУ СОШ
с.Трунташское
Фархатова Г.М.



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

Меню на 6 ноября 2025 г.

Рацион: дети из ММС,РП, (1-4 классы)		День:		Сезон:		осень						
		Неделя:		2		Возрастная категория:7-11 лет						
						Выход блюда		Пищевые вещества		Энергетическая ценность (ккал)	№ рецепт уры	стоимость
								Б	Ж			
Прием пищи	Наименование блюда	завтрак										
	Плов из мяса кур	150	11	19	30	320	64,18					
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02					
	Сок фруктовый	200	1		26	92	191					
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207					
Итого за завтрак		600	16	20	89	575		71,09				

Меню на 6 ноября 2025 г.

Рацион: дети из ММС, (5-11 классы)		Дени:	четверг		Сезон:		осень		
Прием пищи		Наименование блюда	Неделя:		Возрастная категория: 12 лет и старше				
			Выход блюда	Пищевые вещества			энергетическая я ценность к/кал/м	№ рецептур ы	стоимость
				Б	Ж	У			
завтрак									
Плов из мяса кур		150	11	19	30	320	64,18		
		200			9	40	92,02		
		200	1		26	92	191		
		50	4	1	24	123	207		
Хлеб пшеничный									
Итого за завтрак		600	16	20	89	575		78,02	



Согласовано
Директор МБОУ СОШ с. Гринтайпово
Фазрахадинова Г.М.



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



Согласовано
Директор МБОУ СОШ с. Гринтайпово
Фазрахадинова Г.М.



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

Меню на 7 ноября 2025 г.

Меню на 7 ноября 2025 г.

Рацион: дети из ММС, РП, (1-4 классы)		День:	пятница		Сезон: осень			
Прием пищи	Наименование блюда	Неделя:	Возрастная категория: 7-11 лет					
		Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецепт уры	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак								
	Каша "Артек" молочная	150/4	6	6	56	276	69	
	Напиток из свежих мороженых ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	фрукты	140	1	1	14	66	101,02	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207,02	
Итого за завтрак		554	12	8	115	554		71,09

Рацион: дети из ММС, (5-11 классы)		День:	пятница		Сезон:		осень	
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Возрастная категория: 12 лет и старше					
			Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур ы	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак								
	Каша "Артек" молочная	180/4,5	7	7	67	355	69,02	
	Напиток из свежих мороженых ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	Фрукты	140	1	1	14	66	101,02	
	Хлеб пшеничный	55	4	1	27	135	207,01	
Итого за завтрак		589,5	13	9	129	645		78,02



Согласовано
Директор МБОУ СОШ с.Трунашисево
Федоруканов Г.М.

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

Меню на 10 ноября 2025 г.

Рацион: дети из ММС, РП, (1-4 классы)		День:	понедельник		Сезон:		осень		
		Неделя:	3	Возрастная категория: 7-11 лет		Энергетическая ценность (ккал)		№ рецептур ы	СТОИМОСТЬ
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептур ы	СТОИМОСТЬ	
			Б	Ж	У				
завтрак									
	Макаронные изделия с тертым сыром	150/10	8	6	37	237	77,09		
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02		
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207,02		
	Сок фруктовый	200	1		26	92	191		
	Повидло	15			10	38	504		
Итого за завтрак		625	13	7	106	530		71,09	



Согласовано
Директор МБОУ СОШ с.Трунашисево
Федоруканов Г.М.

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

Меню на 10 ноября 2025 г.

Рацион: дети из ММС, (5-11 классы)		День:	понеделник		Сезон:		оень			
			Неделя:		3				Возрастная категория: 12 лет и старше	
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценност ь (ккал)	№ рецептур ы	стоимость		
			Б	Ж	У					
завтрак										
	Макаронные изделия с тертым сыром	150/10	8	6	37	237	77,09			
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02			
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207,02			
	Сок фруктовый	200	1		26	92	191			
	Повидло	15			10	38	504			
Итого за завтрак		625	13	7	106	530		78,02		



Согласовано
Директор МБОУ СОШ с. Грунташское
Фазрахметова Г.М.



УТВЕРЖДАЮ
ИП Резапова Г.Р.
Директор Резапов А.Я.



Согласовано
Директор МБОУ СОШ с. Грунташское
Фазрахметова Г.М.



УТВЕРЖДАЮ
ИП Резапова Г.Р.
Директор Резапов А.Я.

Меню на 11 ноября 2025 г.

Меню на 11 ноября 2025 г.

Рацион: дети из ММС,РП, (1-4 классы)		День:	вторник	Сезон:		осень		
		Неделя:	3	Возрастная категория:7-11 лет				
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептур ы	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак								
	Огурцы соленные	30			1	4	494	
	Картофельное пюре	150/4	3	5	22	140	107,08	
	Рыба,(филе) тушеная в томате с овощами	30/40	6	4	1	88	187	
	Печенье Топленое молоко	18	1	2	13	77	92,02	
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	94,02	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207,02	
Итого за завтрак		529	14	12	71	474		71,09

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)	№ рецептур ы	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак								
	Огурцы соленые	40			1	5	494	
	Картофельное пюре	180/5	4	5	26	164	107,1	
	Рыба,(филе) тушенная в томате с овощами	30/40	6	4	1	88	187	
	Печенье Топленое молоко	18	1	2	13	77	92,02	
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	94,02	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207,02	
Итого за завтрак		570	15	12	75	499		78,02



Согласовано
Директор МБОУ СОШ с. Пуняшицево
Фазрахамова Г.М.

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

Меню на 12 ноября 2025 г.

Рацион: дети из ММС,РП, ({ 1-4 классы})		День: среда	Сезон: осень				
Прием пищи	Наименование блюда	Неделя: 3	Возрастная категория:7-11 лет				
		Выход блюда	Пищевые вещества (г)		Энерге- тическа я ценност	№ ре- цепт уры	
			Б	Ж			У
завтрак	Макаронные изделия отварные	150/4	6	4	37	204	77,01
	Биточки из мяса цыпленка- бройлера	60	10	12	6	173	61,06
	Соус томатный	30		1	2	22	593,05
	Напиток из свежих мороженых ягод	200/10	1		21	89	102,03
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207,02
Итого за завтрак		504	21	18	90	611	71,09



Согласовано
Директор МБОУ СОШ с. Пуняшицево
Фазрахамова Г.М.

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

Меню на 12 ноября 2025 г.

Рацион: дети из ММС, (5-11 классы)			День: среда	Сезон: осень				
Неделя: 3			Возрастная категория: 12 лет и старше					
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептур	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак								
	Макаронные изделия отварные	180/5	7	4	44	246	77,02	
	Биточки из мяса цыпленка-бройлера	60	10	12	6	173	61,06	
	Соус томатный	50	1	3	3	34	593,07	
	Напиток из свежих мороженых ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207,02	
Итого за завтрак			555	23	20	98	665	78,02



Согласовано
Директор МБОУ СОШ с. Гуртыайырау
Фахрахматова Г.М.

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

Меню на 13 ноября 2025 г.

Рацион: дети из ММС,РП, (1-4 классы)		День:	четверг	Сезон:		осень		
		Неделя:	3	Возрастная категория:7-11 лет				
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептур туры	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак								
	Салат из свеклы с солеными огурцами	60	1	6	4	73	23	
	Каша гречневая рассыпчатая	150/4	9	6	39	265	65	
	Гуляш из говядины	20/50	7	9	4	123	47,19	
	Чай витаминный	200/5			11	39	102,04	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за завтрак		539	21	22	82	623		71,09



Согласовано
Директор МБОУ СОШ с. Гуртыайырау
Фахрахматова Г.М.

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

Меню на 13 ноября 2025 г.

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	№ рецептур ы	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак								
	Салат из свеклы с солеными огурцами	60	1	6	4	73	23	
	Каша гречневая рассыпчатая	180/5	10	7	45	288	65,02	
	Гуляш из говядины	20/50	7	9	4	123	47,19	
	Чай витаминный	200/5			11	39	102,04	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за завтрак		570	22	23	88	646		78,02



Согласовано
Директор МБОУ СОШ с. Грининское
Фазрахамова Т.М.

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

Меню на 14 ноября 2025 г.

Рацион: дети из ММС,РП, (1-4 классы)										День:		пятница		Сезон:		осень			
Наименование блюда										Неделя:		3		Возрастная категория:7-11 лет					
										Выход блюда		Пищевые вещества			Энергетическая я ценност		№ рецепт уры		стоимос ть
Прием пищи		Б		Ж		У													
завтрак																			
		150/4		6		7		27		209		73							
		200						9		40		92,02							
		50/10		6		3		40		155		143,01							
		140		1		1		14		66		101,02							
Итого за завтрак		554		13		11		90		470						71,09			



Согласовано
Директор МБОУ СОШ с. Грининское
Фазрахамова Т.М.

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

Меню на 14 ноября 2025 г.

Рацион: дети из ММС, (5-11 классы)		День:	пятница	Сезон:		осень			
		Неделя:	3 Возрастная категория: 12 лет и старше						
	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур	стоимость
				Б	Ж	У			
завтрак									
		Каша пшеничная молочная	150/4	6	7	27	209	73	
		Чай с сахаром	200			9	40	92,02	
		Бутерброд с сыром	50/10	6	3	40	155	143,01	
		Яблоки	140	1	1	14	66	101,02	
Итого за завтрак			554	13	11	90	470		78,02



Согласовано
Директор МБОУ СОШ с. Пучинское
Фазрахметова Л.М.

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

Меню на 17 ноября 2025 г.

Рацион: дети из ММС, РП, (1-4 классы)		День:		понеделник		Сезон:		осень	
		Неделя:		4		Возрастная категория: 7-11 лет			
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энерге- тическа я ценност	№ рецеп туры	стоимос ть	
			(г)						
			Б	Ж	У				
9,5									
	Каша гречневая рассыпчатая	150/4	9	6	39	265	65		
	Котлеты Ладушки	60	6	10	12	194	486,02		
	Соус томатный	40	1	3	3	29	593,06		
	Напиток из свежих мороженых ягод	200/10	1		21	89	102,03		
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207,02		
Итого за завтрак			514	21	20	99	700	71,09	



Согласовано
Директор МБОУ СОШ с. Пучинское
Фазрахметова Л.М.

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

Меню на 17 ноября 2025 г.

Рацион: дети из ММС, (5-11 классы)		День:	понедельник	Сезон:		осень		
		Неделя:	4		Возрастная категория: 12 лет и старше			
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценнос	№ рецептур ы	стоимость
			(г)	Б	Ж			
завтрак								
	Каша гречневая рассыпчатая	180/5	10	7	45	288	65,02	
	Котлеты Ладушки	60	6	10	12	194	486,02	
	Соус томатный	40	1	3	3	29	593,06	
	Напиток из свежих мороженых 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		78,02



Согласовано
Директор МБОУ СОШ с.Трунтаново
Фазрахадилова Г.М.



УТВЕРЖДАЮ
ИП Резапова Г.Р.
Директор Резапов А.Я.

Меню на 18 ноября 2025 г.

Рацион: дети из ММС,РП, (1-4 классы)		День:	вторник		Сезон:		осень	
		Неделя:	4		Возрастная категория:		7-11 лет	
		Выход блюда	Пищевые вещества (г)		Энергетическая ценность	№ рецепт уры	стоимос ть	
			Б	Ж	У			
Прием пищи	Наименование блюда							
завтрак								
	Картофельное пюре	150/4	3	5	22	140	107,08	
	Куры отварные (бедро)	70	18	15		229	521	
	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		509	25	22	59	553		71,09



Согласовано
Директор МБОУ СОШ с.Трунтаново
Фазрахадилова Г.М.



УТВЕРЖДАЮ
ИП Резапова Г.Р.
Директор Резапов А.Я.

Меню на 18 ноября 2025 г.

Рацион: дети из ММС, (5-11 классы)		День:	вторник		Сезон:		осень	
		Неделя:	4		Возрастная категория:		12 лет и старше	
		Выход блюда	Пищевые вещества (г)		Энергетическая ценность	№ рецепт уры	стоимость	
			Б	Ж	У			
Прием пищи	Наименование блюда							
завтрак								
	Картофельное пюре	180/5	4	5	26	164	107,01	
	Куры отварные (бедро)	70	18	15		229	521	
	Соус томатный	40	1	3	3	29	593,06	
	Чай витаминный	200/5			11	39	102,04	
	Хлеб пшеничный	55	4	1	27	135	207,01	
Итого за завтрак		555	27	24	67	596		78,02



Согласовано
Директор МБОУ СОШ с.Трактинское
Фазрахмадова Т.М.



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

Меню на 19 ноября 2025 г.

Рацион: дети из ММС, РП, (1-4 классы)										День:	среда	Сезон:	осень						
										Неделя:	4	Возрастная категория: 7-11 лет							
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энерге- тическа я ценност	№ рецепт уры	стоимос ть											
			(г)																
			Б	Ж	У														
завтрак			150/4	6	4	37	204	77,01											
			60	10	11	14	182	52,05											
			30		1	2	22	593,05											
			200/7			10	42	94,02											
			50	4	1	24	123	207,02											
Итого за завтрак			501	20	17	87	573		71,09										



Согласовано
Директор МБОУ СОШ с.Трактинское
Фазрахмадова Т.М.



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

Меню на 19 ноября 2025 г.

Рацион: дети из ММС, (5-11 классы)		День: среда		Сезон: осень			
		Неделя: 4		Возрастная категория: 12 лет и старше			
		Выход блюда		Энергетическая ценность			
Прием пищи	Наименование блюда	Пищевые вещества (г)			№ рецептур ы	СТОИМОСТЬ	
		Б	Ж	У			
завтрак							
	Макаронные изделия отварные	180/5	7	4	44	246	77,02
	Котлеты из говядины	60	10	11	14	182	52,05
	Соус томатный [*]	40	1	3	3	29	593,06
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	94,02
	Хлеб пшеничный	55	4	1	27	135	207,01
Итого за завтрак		547	22	19	98	634	78,02



Согласовано
Директор МБОУ СОШ с. Друшчаніцкае
Фафрахімова Г.М.



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

Меню на 20 ноября 2025 г.

Рацион: дети из ММС, РП, (1-4 классы)		День: Неделя:	Сезон: четверг		Возрастная категория: 7-11 лет		Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептур уры	стоимос ть
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пшеничные вещества (г)	Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептур уры	стоимос ть
завтрак									
	Плов из мяса кур	150	11	19	30	320	64,18		
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02		
	Сок фруктовый	200	1		26	92	191		
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207		
Итого за завтрак		600	16	20	89	575			71,09



Согласовано
Директор МБОУ СОШ с. Друшчаніцкае
Фафрахімова Г.М.



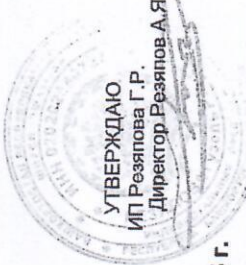
УТВЕРЖДАЮ
ИП Резяпова Г.Р.
Директор Резяпов А.Я.

Меню на 20 ноября 2025 г.

Рацион: дети из ММС, (5-11 классы)		День: Неделя:	Сезон: четверг		Возрастная категория: 12 лет и старше		Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептур уры	стоимос ть
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пшеничные вещества (г)	Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептур уры	стоимос ть
завтрак									
	Плов из мяса кур	150	11	19	30	320	64,18		
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02		
	Сок фруктовый	200	1		26	92	191		
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207		
Итого за завтрак		600	16	20	89	575			78,02



Согласовано
Директор МБОУ СОШ с. Фазрахманово Г.М.



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

Меню на 21 ноября 2025 г.

Рацион: дети из ММС,РП, (1-4 классы)		День:	пятница		Сезон:		осень	
		Неделя:	4	Возрастная категория:7-11 лет				
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Техничес кая у	№ рецепт уры	стоимос ть
			Б	Ж	У			
завтрак								
	Каша "Артек" молочная	150/4	6	6	56	276	69	
	Напиток из свежих мороженых ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	Фрукты	140	1	1	14	66	101,02	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207,02	
Итого за завтрак		554	12	8	115	554		71,09



Согласовано
Директор МБОУ СОШ с. Фазрахманово Г.М.



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

Меню на 21 ноября 2025 г.

Рацион: дети из ММС, (5-11 классы)		День:	пятница	Сезон:		осень											
Прием пищи		Неделя:		4		Возрастная категория: 12 лет и старше											
		Наименование блюда		Пищевые вещества		Средне- статистичес- кая популя- ция		№ рецентур ы		стоимость							
		Выход блюда		Б		Ж		У									
завтрак																	
		Каша "Артек" молочная		180/4,5		7		7		67		355		69,02			
		Напиток из свежих мороженых ягод		200/10		1				21		89		102,03			
		Фрукты		140		1		1		14		66		101,02			
		Хлеб пшеничный		55		4		1		27		135		207,01			
Итого за завтрак				589,5		13		9		129		645				78,02	



Согласовано
Директор МКОУ СОШ с. Гургаташское
Фарахмандия Г.М.

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

Меню на 24 ноября 2025 г.

Рацион: дети из ММС,РП, (1-4 классы)			День: Неделя:	понеделник		Сезон: осень		Стоимос ть
			Неделя:	5	Возрастная категория:7-11 лет			
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге- тически я ценност уры (ккал)	№ рецепт уры	
			Б	Ж	У			
завтрак								
	Макаронные изделия с тертым сыром	150/10	8	6	37	237	77,09	
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207,02	
	Сок фруктовый	200	1		26	92	191	
	Повидло	15			10	38	504	
Итого за завтрак			625	13	7	106	530	71,09



Согласовано
Директор МКОУ СОШ с. Гургаташское
Фарахмандия Г.М.

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

Меню на 24 ноября 2025 г.

Рацион: дети из ММС, (5-11 классы)		День: Неделя:	понедельник		Сезон:		осень	
			5	Возрастная категория: 12 лет и старше				
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептур ы	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак								
	Макаронные изделия с тертым сыром	150/10	8	6	37	237	77,09	
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207,02	
	Сок фруктовый	200	1		26	92	191	
	Повидло	15			10	38	504	
Итого за завтрак		625	13	7	106	530		78,02



Согласовано
Директор МБОУ СОШ № 1 г. Рязань
Физрук И.М.



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

Меню на 25 ноября 2025 г.

Рацион: дети из ММС,РП, (1-4 классы)		День:	вторник		Сезон: осень			
		Неделя:	5	Возрастная категория:7-11 лет				
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептур	Стоимость
			(г)					
			Б	Ж	У			
завтрак	Огурцы соленые	30			1	4	494	
	Картофельное пюре	150/4	3	5	22	140	107,08	
	Рыба,(филе) тушенная в томате с овощами	30/40	6	4	1	88	187	
	Печенье Топленое молоко	18	1	2	13	77	92,02	
	Чай с лимоном и сахаром	200/7				10	42	94,02
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207,02	
Итого за завтрак		529	14	12	71	474		71,09



Согласовано
Директор МБОУ СОШ № 1 г. Рязань
Физрук И.М.



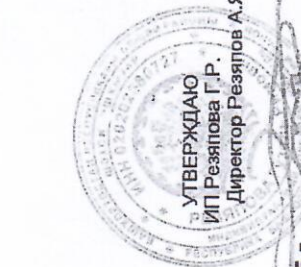
УТВЕРЖДАЮ
ИП Резяпова Г.Р.
Директор Резяпов А.А.

Меню на 25 ноября 2025 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	№ рецептур	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак								
	Огурцы соленые	40			1	5	494	
	Картофельное пюре	180/5	4	5	26	164	107,1	
	Рыба,(филе) тушенная в томате с овощами	30/40	6	4	1	88	187	
	Печенье Топленое молоко	18	1	2	13	77	92,02	
	Чай с лимоном и сахаром	200/7			10	42	94,02	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207,02	
Итого за завтрак		570	15	12	75	499		78,02



Согласовано
Директор МБОУ СОШ с.Трунташское
Федорченко Г.М.



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

Меню на 26 ноября 2025 г.

Рацион: дети из ММС, РП, (1-4 классы)		День: среда	Сезон: осень					
		Неделя: 5	Возрастная категория: 7-11 лет					
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептур	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак								
	Макаронные изделия отварные	150/4	6	4	37	204	77,01	
	Палочки Школьные 2 шт	60	6	10	12	194	486,03	
	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	207,02	
Итого за завтрак		504	17	16	96	632		71,09



Согласовано
Директор МБОУ СОШ с.Трунташское
Федорченко Г.М.



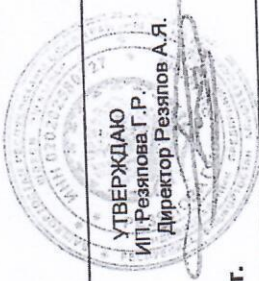
УТВЕРЖДАЮ
ИП Резяпова Г.Р.
Директор Резяпов А.Я.

Меню на 26 ноября 2025 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			Энергетическая ценность ккал/100г	№ рецептур ы	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак								
	Макаронные изделия отварные	180/5	7	4	44	246	77,02	
	Палочки Школьные 2 шт	60	6	10	12	194	486,03	
	Соус томатный	50	1	3	3	34	593,07	
	Напиток из свежих мороженных ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207,02	
Итого за завтрак		555	19	18	104	686		78,02



Согласовано
Директор МРБУ СОЦ.Здоровья
Филиппович И.М.



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

Меню на 27 ноября 2025 г.

Рацион: дети из ММС, РП, (1-4 классы)		День:		Сезон:		осень	
		Неделя:	5	Возрастная категория: 7-11 лет			
				Пищевые вещества (г)		Энерге- тическ ая ценнос	№ рецеп туры
Прием пищи	Наименование блюда	Б		Ж	У		
						Выход блюда	стоимос ть
завтрак							
	Салат из свеклы с солеными огурцами	60	1	6	4	73	23
	Каша гречневая рассыпчатая	150/4	9	6	39	265	65
	Гуляш из говядины	20/50	7	9	4	123	47,19
	Чай витаминный	200/5			11	39	102,04
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207
Итого за завтрак		539	21	22	82	623	71,09



Согласовано
Директор МРБУ СОЦ.Здоровья
Филиппович И.М.



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

Меню на 27 ноября 2025 г.

Рацион: дети из ММС, (5-11 классы)		День:	Сезон:		осень			
			четверг	Возрастная категория: 12 лет и старше				
				5				
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг е- тичес кая	№ рецептур ы	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Салат из свеклы с солеными огурцами	60	1	6	4	73	23	
	Каша гречневая рассыпчатая	180/5	10	7	45	288	65,02	
	Гуляш из говядины	20/50	7	9	4	123	47,19	
	Чай витаминный	200/5			11	39	102,04	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за завтрак		570	22	23	88	646		78,02



Согласовано
Директор МБОУ СОИ с.Трунташского
Фармацевтического ЦМ
ИП Резяпова Г.Р.
Директор Резяпов А.Я.

Меню на 28 ноября 2025 г.

Рацион: дети из ММС,РП, (1-4 классы)		День:		пятница		Сезон:		осень	
		Неделя:		5		Возрастная категория:7-14 лет			
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энерге- тическа я ценност	№ рецепт уры	стоимос ть	
			(г)						
			Б	Ж	У				
завтрак									
	Каша пшеничная молочная	150/4	6	7	27	209	73		
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02		
	Бутерброд с сыром	50/10	6	3	40	155	143,01		
	Фрукты	140	1	1	14	66	101,02		
Итого за завтрак		554	13	11	90	470		71,09	



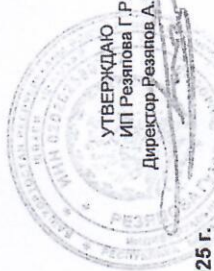
Согласовано
Директор МБОУ СОИ с.Трунташского
Фармацевтического ЦМ
ИП Резяпова Г.Р.
Директор Резяпов А.Я.

Меню на 28 ноября 2025 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			Энергетическая ценность	№ рецептур	стоимость							
			Б	Ж	У										
завтрак															
	Каша пшеничная молочная	150/4	6	7	27	209	73								
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02								
	Бутерброд с сыром	50/10	6	3	40	155	143,01								
	Яблоки	140	1	1	14	66	101,02								
Итого за завтрак										554	13	11	90	470	78,02



Согласовано
Директор МН ОУ «СМН г. Гродно»
ИП Резапова Г.Р.
Директор Резапов А.Я.



УТВЕРЖДАЮ
ИП Резапова Г.Р.
Директор Резапов А.Я.

Меню на 5 ноября 2025 г.

Рацион: дети с ОБЗ, дети - инвалиды, СВО, (1-4 классы)		День: среда		Сезон: осень				
		Неделя: 2		Возрастная категория: 7-11 лет				
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецепт уры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак								
	Макаронные изделия с тертым сыром	150/10	7,95	6,41	37,06	237,4	77,09	
	Сок фруктовый	100	1		13	46	50	
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за завтрак		510	12,95	7,41	83,06	448,4	71,09	
обед								
	Рассольник "Ленинградский"	200/8	2	7	4	49	26,09	
	Каша гречневая рассыпчатая	150/4	9	6	39	285	65	
	Палочки Школьные 2 шт	60	6	10	12	194	486,03	
	Соус томатный	30		1	2	22	593,05	
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за обед		702	21	25	90	693		79,73
Итого за день		1212	33,95	32,41	173,1	1139		150,82



Согласовано
Директор МН ОУ «СМН г. Гродно»
ИП Резапова Г.Р.
Директор Резапов А.Я.



УТВЕРЖДАЮ
ИП Резапова Г.Р.
Директор Резапов А.Я.

Меню на 5 ноября 2025 г.

Рацион: дети с ОВЗ, дети - инвалиды, СВО, (5-11 классы)		День:		Сезон: осень									
		сряда		лет и старше									
		Неделя:		Возрастная категория:									
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур	Стоимость					
			Б	Ж	У								
завтрак													
	Макаронные изделия с тертым сыром	180/10	9,65	7,98	44,5	287,8	77,04						
	Сок фруктовый	100	1		13	46	50						
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02						
	Хлеб пшеничный	55	4	1	27	135	207,01						
Итого за завтрак		545	14,7	8,98	93,5	508,8	78,02						
обед													
	Рассольник "Ленинградский"	250/10	2	8	4	61	26,08						
	Каша гречневая рассыпчатая	150/4	9	6	39	265	65						
	Палочки Школьные 2 шт	60	6	10	12	194	486,03						
	Соус томатный	40	1	3	3	29	593,06						
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02						
	Хлеб пшеничный	70	6	1	34	172	208						
Итого за обед		784	24	28	101	761	90,02						
Итого за день		1329	38,7	36,98	194	1270	168,04						



Согласовано
Директор МБОУ СНИС «Трунтинское»
Фархатова Т.М.



Согласовано
Директор МБОУ СНИС «Трунтинское»
Фархатова Т.М.



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

Меню на 6 ноября 2025 г.

Меню на 6 ноября 2025 г.

Рацион: дети с ОВЗ, дети - инвалиды, СВО, (1-4 классы)	День: Неделя: 2	Сезон: осень									
		Возрастная категория: 7-11 лет					лет и старше				
		Пищевые вещества (г)					энергетическая ценность (ккал)				
		Б	Ж	У	В	У	Б	Ж	У	В	У
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда					Энергетическая ценность (ккал)				
завтрак	Плов из мяса кур	150	11	19	30	320	64,18				
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02				
	Сок фруктовый	200	1		26	92	191				
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207				
	Итого за завтрак	600	16	20	89	575					71,09
обед	Огуры соленные	30			1	4	494				
	Свекольник	250/10	5	10	17	115	36,07				
	Картофельное пюре	150/4	3	5	22	140	107,08				
	Гуляш из говядины	20/50	7	9	4	123	47,19				
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02				
Итого за обед	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207				
	Итого за обед	764	19	25	77	545					79,73
Итого за день		1364	35	45	166	1120					150,82

Рацион: дети с ОВ, дети - инвалиды, СВО, (5-11 классы)	День: Неделя: 2	Сезон: осень									
		Возрастная категория: 12					лет и старше				
		Пищевые вещества (г)					энергетическая ценность (ккал)				
		Б	Ж	У	В	У	Б	Ж	У	В	У
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда					Энергетическая ценность (ккал)				
завтрак	Плов из мяса кур	150	11	19	30	320	64,18				
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02				
	Сок фруктовый	200	1		26	92	191				
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207				
	Итого за завтрак	600	16	20	89	575					78,02
обед	Огуры соленные	30			1	4	494				
	Свекольник	250/10	5	10	17	115	36,07				
	Картофельное пюре	180/5	4	5	26	164	107,01				
	Гуляш из говядины	20/50	7	9	4	123	47,19				
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02				
Итого за обед	Хлеб пшеничный	70	6	1	34	172	208				
	Итого за обед	815	22	25	91	618					90,02
Итого за день		1415	38	45	180	1193					168,04



Согласовано
Директор МБДУ СОН с. Грудзинского
Физкультурно-спортивного
УТВЕРЖДАЮ
ИП Резяпова Г.Р.
Директор Резяпов А.А.



Согласовано
Директор МБДУ СОН с. Грудзинского
Физкультурно-спортивного
УТВЕРЖДАЮ
ИП Резяпова Г.Р.
Директор Резяпов А.А.



Согласовано
Директор МБДУ СОН с. Грудзинского
Физкультурно-спортивного
УТВЕРЖДАЮ
ИП Резяпова Г.Р.
Директор Резяпов А.А.



Согласовано
Директор МБДУ СОН с. Грудзинского
Физкультурно-спортивного
УТВЕРЖДАЮ
ИП Резяпова Г.Р.
Директор Резяпов А.А.

Меню на 7 ноября 2025 г.

Рацион: дети с ОВЗ, дети - инвалиды,СВО, (1-4 классы)		Наименование блюда	День:		пятница			Сезон: осень			
			Неделя:	2	Возрастная категория:7-11 лет						
Прем пищу	Прием пищу	Наименование блюда	Послевые вещества (г)			Энерге- тическая рацент			Стоимост ь		
			Б	Ж	У	Б	Ж	У	Б	Ж	У
завтра		Каша "Артек" молочная	150/4	6	6	56	276	89			
		Напиток из свежих мороженных ягод	200/10	1		21	89	102,03			
		Фрукты	140	1	1	14	66	101,02			
		Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207,02			71,09
Итого за завтрак			554	12	8	115	554				
обед											
		Салат из свежкы с растительным маслом	60	1	5	5	68	19			
		Суп картофельный с крупой пшенной	200	4	7	16	91	31,11			
		Каша перловая рассыпчатая	150/4	5	3	33	180	155,01			
		Мясо тушеное с овощами	50	6	7	2	94	29,12			
		Чай с сахаром	200			9	40	92,02			
		Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207			79,73
Итого за обед			714	20	23	89	596				150,82
Итого за день			1268	32	31	204	1150				

Меню на 7 ноября 2025 г.

Рацион: дети с ОВЗ, дети - инвалиды, СВО, (5-11 классы)			День:		пятица		Сезон: осень		
Прим. пищи			Неделя:		2		Возрастная категория:		
			Наименование блюда		Пищевые вещества		Энергетическая ценность		
			Выход	Б	Ж	У	лет и старше	№ рецептур	стоимость
завтрак									
Каша "Артек" молочная			180/4,5	7	7	67	355	69,02	
Напиток из свежих мороженных ягод			200/10	1		21	89	102,03	
Фрукты			140	1	1	14	66	101,02	
Хлеб пшеничный			55	4	1	27	135	207,01	
Итого за завтрак			589,5	13	9	129	645		76,02
обед									
Салат из свежкы с растительным маслом			60	1	5	5	68	19	
Суп картофельный с крупой пшенной			250	5	9	20	120	31,18	
Каша перловая рассыпчатая			180/5	6	4	40	222	155	
Мясо тушеное с овощами			50	6	7	2	94	29,12	
Чай с сахаром			200			9	40	92,02	
Хлеб пшеничный			70	6	1	34	172	208	
Итого за обед			815	24	26	110	716		90,02
Итого за день			1404,5	37	35	239	1361		166,04

Согласовано
Директор МБОУ СОШ - Труновский
Фатрахмуллов Г.М.

Согласовано
Директор МБОУ СОШ - Труновский
Фатрахмуллов Г.М.

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

Меню на 10 ноября 2025 г.

Меню на 10 ноября 2025 г.

Рацион: дети с ОВЗ, дети - инвалиды,СВО, (1-4 классы)		День:		Сезон: осень				
		Неделя:		Возрастная категория:7-11 лет				
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептур уры	СТОИМОСТЬ
			Б	Ж	У			
завтрак	Макаронные изделия с тертым сыром	150/10	8	6	37	237	77,09	
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207,02	
	Сок фруктовый	100	1		26	92	191	
Итого за завтрак		510	13	7	96	492	71,09	
обед								
	Щи с капустой и картофелем	200/8	4	8	8	73	10,07	
	Каша гречневая рассыпчатая	150/4	9	6	39	265	65	
	Гуляш из мяса кур	20/50	6	10	4	114	47,31	
	Печенье Топленое молоко	18	1	2	13	77	92,02	
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
		700	24	27	97	692		79,73
Итого за день		1210	37	34	193	1184		150,82

Рацион: дети с ОВЗ, дети - инвалиды,СВО, (5-11 классы)		Дни:	Возрастная категория:			Сезон: осень	
		Неделя:	3	лет и старше			стоимость
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептур
			Б	Ж	У		
завтрак							
	Макаронные изделия с тертым сыром	150/10	8	6	37	237	77,09
	чай с сахаром	200			9	40	92,02
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207,02
	Сок фруктовый	100	1		26	92	191
Итого за завтрак		510	13	7	96	492	78,02
обед							
	Щи с капустой и картофелем	250/10	5	11	10	88	10,08
	Каша гречневая рассыпчатая	180/5	10	7	45	288	65,02
	Гуляш из мяса кур	20/50	6	10	4	114	47,31
	Печенье Топленое молоко	18	1	2	13	77	92,02
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02
	Хлеб пшеничный	70	6	1	34	172	208
Итого за обед		803	28	31	115	779	90,02
Итого за день		1313	41	38	211	1271	168,04



Согласовано
Директор МБУЗ «СОН с. Грунтанский»
ИП Резяпова Г.Р.
Директор Резяпов А.Я.



Согласовано
Директор МБУЗ «СОН с. Грунтанский»
ИП Резяпова Г.Р.
Директор Резяпов А.Я.



Меню на 11 ноября 2025 г.

Рацион: дети с ОВЗ, дети - инвалиды, СВО, (1-4 классы)		День:		Сезон: осень				
		вторник		Возрастная категория: 7-11 лет				
		Неделя: 3						
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептур уры	стоимость
			Б	Ж	У			
завтра								
	Картофельное пюре	150/4	3	5	22	140	107,08	
	Рыба,(филе) тушеная в томате с овощами	30/40	6	4	1	88	187	
	Печенье Топленое молоко	18	1	2	13	77	92,02	
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207,02	
Итого за завтрак		492	14	12	69	468		71,09
обед								
	Рассольник "Ленинградский"	200/8	2	7	4	49	26,09	
	Каша рисовая рассыпчатая	150/4	4	4	39	210	67,01	
	Кури отварные (бедро)	70	18	15		229	521	
	Соус томатный	30		1	2	22	593,05	
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за обед		712	28	28	78	673		79,73
Итого за день		1204	42	40	147	1141		150,82

Меню на 11 ноября 2025 г.

Рацион: дети с ОВЗ, дети - инвалиды,СВО, (5-11 классы)										Сезон: осень	
Прием пищи	Наименование блюда	День: вторник		Возрастная категория:				№ рецептур ы	стоимость		
		Неделя: 3		лет и старше							
		Выход блюда		Пищевые вещества (г)		Энергетическая ценность					
		Б	Ж	У							
завтрак											
	Картофельное пюре	180/5	4	5	26	164	107,1				
	Рыба,(филе) тушеная в томате с овощами	30/40	6	4	1	88	187				
	Печенье Топленое молоко	18	1	2	13	77	92,02				
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02				
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207,02		78,02		
Итого за завтрак		523	15	12	73	492					
обед											
	Рассольник "Ленинградский"	250/10	2	8	4	61	26,08				
	Каша рисовая рассыпчатая	180/5	5	5	40	228	67,02				
	Куры отварные (бедрa)	70	18	15		229	521				
	Соус томатный	30		1	2	22	593,05				
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02				
	Хлеб пшеничный	70	6	1	34	172	208				
Итого за обед		815	31	30	89	752		90,02			
Итого за день		1338	46	42	162	1244		168,04			



Согласовано
Директор МБОВ СОН - Г.Р.
Ф.А. Резяпов А.Я.
УТВЕРЖДАЮ
ИП Резяпова Г.Р.
Директор Резяпов А.Я.

Меню на 12 ноября 2025 г.

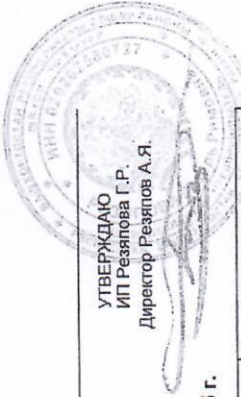
Рацион: дети с ОВЗ, дети - инвалиды,СВО, (1-4 классы)		День: среда	Сезон: осень					
Прием пищи	Наименование блюда	Неделя: 3	Возрастная категория:7-11 лет					
		Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептур	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Макаронные изделия отварные	150/4	6	4	37	204	77,01	
	Биточки из мяса цыпленка-бройлера	60	10	12	6	173	61,06	
	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	207,02	71,09
Итого за завтрак		504	21	18	90	611		
обед	Суп картофельный с бобовыми и грибами	250/38	9	9	41	220	33,14	
	Каша перловая рассыпчатая	150/4	5	3	33	180	155,01	
	Мясо тушеное с овощами	50	6	7	2	94	28,12	
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02	
	Хлеб пшеничный	40	3		19	98	206	
	Итого за обед	732	23	19	104	632		79,73
Итого за день		1236	44	37	194	1243		150,82



Согласовано
Директор МБОВ СОН - Г.Р.
Ф.А. Резяпов А.Я.
УТВЕРЖДАЮ
ИП Резяпова Г.Р.
Директор Резяпов А.Я.

Меню на 12 ноября 2025 г.

Рацион: дети с ОВЗ, дети - инвалиды,СВО, (5-11 классы)		День: среда	Сезон: осень					
Прием пищи	Наименование блюда	Неделя: 3	Возрастная категория: 12 лет и старше					стоимость
		Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Значения рецептур на 100г продукта		
			Б	Ж	У			
завтрак								
	Макаронные изделия отварные	180/5	7	4	44	246	77,02	
	Биточки из мяса цыпленка-бройлера	60	10	12	6	173	61,06	
	Соус томатный	50	1	3	3	34	593,07	
	Напиток из свежих мороженных ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207,02	78,02
Итого за завтрак		555	23	20	98	665		
обед								
	Суп картофельный с бобовыми и грибами	250/38	9	9	41	220	33,14	
	Каша перловая рассыпчатая	180/5	6	4	40	222	155	
	Мясо тушеное с овощами	60	7	7	3	108	488,11	
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02	
	Хлеб пшеничный	70	6	1	34	172	208	
Итого за обед		803	28	21	127	762		90,02
Итого за день		1358	51	41	225	1427		168,04



Согласовано
Директор МБОУ «ОИ с.Трунтайпское»
Федеральное государственное учреждение
УТВЕРЖДАЮ
ИП Резяпова Г.Р.
Директор Резяпова А.А.

Согласовано
Директор МБОУ «ОИ с.Трунтайпское»
Федеральное государственное учреждение
УТВЕРЖДАЮ
ИП Резяпова Г.Р.
Директор Резяпова А.А.

Меню на 13 ноября 2025 г.

Меню на 13 ноября 2025 г.

Рацион: дети с ОВЗ, дети - инвалиды,СВО, (1-4 классы)		День:	четверг		Сезон: осень				
			Неделя:	3	Возрастная категория:7-11 лет				
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическ ая ценнос	№ рецепт уры	стоимо сть	
			Б	Ж	У				
завтрак	Салат из свеклы с солеными огурцами	60	1	6	4	73	23		
	Каша гречневая рассыпчатая	150/4	9	6	39	265	65		
	Гуляш из говядины	20/50	7	9	4	123	47,19		
	Чай витаминный	200/5			11	39	102,04		
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207		
	Итого за завтрак		539	21	22	82	623		71,09
обед	Суп картофельный с крупой пшениной	200	4	7	16	91	31,11		
	Макаронные изделия отварные	150/4	6	4	37	204	77,01		
	Котлеты Ладушки	60	6	10	12	194	486,02		
	Соус томатный	40	1	3	3	29	593,06		
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02		
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207		
Итого за обед			704	21	25	101	681		79,73
Итого за день			1243	42	47	183	1304		150,82

Рацион: дети с ОВЗ, дети - инвалиды,СВО, (5-11 классы)		День: понедельник	Сезон: осень					
Прием пищи	Наименование блюда	Неделя: 3	Возрастная категория: лет и старше				Стоимост ь	
		Выход блюда	Пищевые вещества (г)			№ рецептур ы		
Б	Ж		У	Энерг е, ккал				
завтрак	Салат из свеклы с солеными огурцами	60	1	6	4	73	23	
	Каша гречневая рассыпчатая	180/5	10	7	45	288	65,02	
	Гуляш из говядины	20/50	7	9	4	123	47,19	
	Чай витаминный	200/5			11	39	102,04	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
	Итого за завтрак	570	22	23	88	646		78,02
обед	Суп картофельный с крупой пшениной	250	5	9	20	120	31,18	
	Макаронные изделия отварные	180/5	7	4	44	246	77,02	
	Котлеты Ладушки	60	6	10	12	194	486,02	
	Соус томатный	40	1	3	3	29	593,06	
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02	
	Хлеб пшеничный	70	6	1	34	172	208	
Итого за обед	805	25	27	122	801		90,02	
Итого за день		1375	47	50	210	1447		168,04



Согласовано
Директор МБОУ СОШ с. Грнтинского
Федосеева Г.Р.
Директор Резяпова А.Я.

Меню на 14 ноября 2025 г.

Рацион: дети с ОВЗ, дети - инвалиды, СВО, (1-4 классы)				День:	пятница	Сезон: осень			
		Неделя:	3	Возрастная категория: 7-11 лет					
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептур	СТОИМОСТЬ	
			Б	Ж	У				
завтрак	Каша пшенная молочная	180/4,5	6	7	27	209	73		
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02		
	Бутерброд с сыром	50/10	6	3	40	155	143,01		
Итого за завтрак		444,5	12	10	76	404		71,09	
обед	Суп картофельный с крупой рисовой	200	4	7	14	82	31,16		
	Картофельное пюре	150/4	3	5	22	140	107,08		
	Куры отварные (бедро)	70	18	15		229	521		
	Соус томатный	30		1	2	22	593,05		
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02		
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207		
	Итого за обед	704	29	29	71	636		79,73	
Итого за день		1148,5	41	39	147	1040		150,82	



Согласовано
Директор МБОУ СОШ с. Грнтинского
Федосеева Г.Р.
Директор Резяпова А.Я.

Меню на 14 ноября 2025 г.

Рацион: дети с ОВЗ, дети - инвалиды,СВО, (5-11 классы)		День:	Пятица		Сезон: осень				12
		Неделя:	3	Возрастная категория: лет и старше					
Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры				
	Б					Ж	У		
Прием пищи	Наименование блюда								СТОИМОСТЬ Б
завтрак	Каша пшенная молочная	180/4,5	6	7	27	209	73		
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02		
	Бутерброд с сыром	50/10	6	3	40	155	143,01		
	Итого за завтрак	444,5	12	10	76	404		78,02	
обед									
	Суп картофельный с крупной рисовой	250	5	8	18	103	31,17		
	Картофельное пюре	180/5	4	5	26	164	107,01		
	Куры отварные (бедро)	70	18	15		229	521		
	Соус томатный	30		1	2	22	593,05		
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02		
	Хлеб пшеничный	70	6	1	34	172	208		
Итого за обед		805	33	30	89	730		90,02	
Итого за день		1249,5	45	40	165	1134		168,04	



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



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

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

Меню на 17 ноября 2025 г.

Меню на 17 ноября 2025 г.

Дети на 11 ноября										Сезон: осень	
Рацион: дети с ОВЗ, дети - инвалиды, СВО, (1-4 классы)		День:		Возрастная категория: 7-11 лет						Стоимость	
		Неделя:	4								
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецепт уры				
			Б	Ж	У						
9.5	Каша гречневая рассыпчатая	150/4	9	6	39	265	65				
	Котлеты Ладушки	60	6	10	12	194	486,02				
	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	207,02				
Итого за завтрак		514	21	20	99	700	71,09				
обед		250/10	5	10	14	104	27,1				
Борщ с капустой и картофелем		150/4	6	4	37	204	77,01				
Макаронные изделия отварные		30/40	6	4	1	66	187				
Рыба, (филе) тушенная в томате с овощами		200			9	40	92,02				
Чай с сахаром		50	4	1	24	123	207				
Хлеб пшеничный		734	21	19	85	537		79,73			
Итого за обед		1248	42	39	184	1237		150,82			
Итого за день											

Рацион: дети с ОВЗ, дети - инвалиды, СВО, (5-11 классы)		День:		понеделник		Сезон: осень	
		Неделя:	4	Возрастная категория: лет и старше		Энергетическая ценность	
Примерный рацион	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
завтрак	Каша гречневая рассыпчатая	180/5	10	7	45	288	65,02
	Котлеты Ладушки	60	6	10	12	194	486,02
	Соус томатный	40	1	3	3	29	593,06
	Напиток из свежих мороженых 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	78,02
обед	Борщ с капустой и картофелем	250/10	5	10	14	104	27,1
	Макаронные изделия отварные	180/5	7	4	44	246	77,02
	Рыба, (филе) тушеная в томате с овощами	30/40	6	4	1	66	187
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02
	Хлеб пшеничный	70	6	1	34	172	208
Итого за обед		785	24	19	102	628	90,02
Итого за день		1335	46	40	210	1363	168,04



Согласовано
Директор МНОУ «ОЦП с. Грушица»
ИП Резяпова Г.Р.
Директор Резяпов А.Я.



Согласовано
Директор МНОУ «ОЦП с. Грушица»
ИП Резяпова Г.Р.
Директор Резяпов А.Я.



Меню на 18 ноября 2025 г.

Рацион: дети с ОВЗ, дети - инвалиды, СВО, (1-4 классы)		День:	вторник	Сезон: осень				
		Нодела:	4	Возрастная категория: 7-11 лет				
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецепт уры	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак								
	Каша молочная Дружба	180/4,5	6	7,9	32,52	217,3	74,02	
	Чай витаминный	200/5			11	39	102,04	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за завтрак		439,5	10	8,9	67,52	379,3		71,09
обед								
	Оурцы соленые	60			1	8	494,02	
	Суп картофельный с бобовыми и гречками	200/26	6	7	30	161	33,15	
	Овощное рагу с мясом кур	150	10	14	11	185	491,12	
	Печенье Топленое молоко	18	1	2	13	77	92,02	
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02	
Итого за обед	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
		704	21	24	88	594		79,73
	Итого за день	1143,5	31	32,9	155,5	973,3		180,82

Рацион: дети с ОВЗ, дети - инвалиды, СВО, (5-11 классы)		День:		Вторник		Сезон: осень		
		Неделя:		4		Возрастная категория: лет и старше		
		Выход блюда		Пищевые вещества (г)		Энергетическая ценность		
Прием пищи	Наименование блюда			Б	Ж	У	№ рецептур ы	стоимость
завтрак	Каша молочная Дружба	180/4,5	6	7,9	32,5	217	74,02	
	Чай витаминный	200/5			11	39	102,04	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за завтрак		439,5	10	8,9	67,5	379		78,02
обед	Огурцы соленые	60			1	8	494,02	
	Суп картофельный с бобовыми и гречками	250/38	9	9	41	220	33,14	
	Овощное рагу с мясом кур	160	11	15	11	198	491,01	
	Печенье Топленое молоко	18	1	2	13	77	92,02	
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02	
	Хлеб пшеничный	70	6	1	34	172	208	
Итого за обед		796	27	27	109	715		90,02
Итого за день		1235,5	37	35,9	176,5	1094		168,04



Согласовано
Директор МЗУ с.ОИ с.Грунтало
ИП Резяпова Г.Р.
Директор Резяпов А.Я.

Меню на 19 ноября 2025 г.

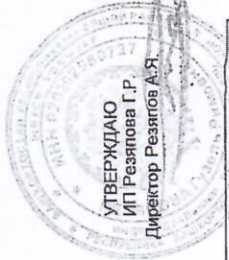
Рацион: дети с ОВЗ, дети - инвалиды,СВО, (1-4 классы)		День: среда		Сезон: осень		Возрастная категория: 7-11 лет		Стоимость	
		Неделя: 4							
Прям пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценност	На рецепт уры		
			Б	Ж	У				
завтрак	Макаронные изделия с тертым сыром	150/10	7,95	6,41	37,06	237,4	77,09		
	Сок фруктовый	100	1		13	46	50		
	чай с сахаром	200			9	40	92,02		
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	71,09	
	Итого за завтрак	510	13	7,41	83,06	446,4			
обед	Рассольник "Ленинградский"	200/8	2	7	4	49	26,09		
	Каша гречневая рассыпчатая	150/4	9	6	39	265	65		
	Палочки Школьные 2 шт.	60	12	20	24	388	486,03		
	Соус томатный	30		1	2	22	593,05		
	Чай с сахаром	200			9	40	92,04		
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207,02		
Итого за обед		702	27	35	102	887		79,73	
Итого за день		1212	40	42,41	185,1	1333		150,82	



Согласовано
Директор МЗУ с.ОИ с.Грунтало
ИП Резяпова Г.Р.
Директор Резяпов А.Я.

Меню на 19 ноября 2025 г.

Рацион: дети с ОВЗ, дети - инвалиды,СВО, (5-11 классы)		День: среда		Сезон: осень		Возрастная категория: 12 лет и старше		Наименование блюда		Выход блюда		Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность		На рецептур ы		Стоимость													
		Неделя: 4																														
Примечание	Прием пищи	Б	Ж	У	г	г	г	г	г	г	г	г	г	г	г	г	г	г	г													
завтрак																																
	Макаронные изделия с тертым сыром	180/10	9,65	7,98	44,48	287,8	77,04																									
	Сок фруктовый	100	1	13	46	50																										
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02																									
	Хлеб пшеничный	55	4	1	27	135	207,01																									
Итого за завтрак		545	14,65	8,98	93,48	508,8	78,02																									
обед																																
	Рассольник "Ленинградский"	250/10	2	8	4	61	26,08																									
	Каша гречневая рассыпчатая	150/4	9	6	39	265	65																									
	Палочки Школьные	60	12	20	24	388	486,03																									
	Соус томатный	40	1	3	3	29	593,06																									
	Чай с сахаром	200			9	40	92,04																									
	Хлеб пшеничный	70	6	1	34	172	208																									
Итого за обед		784	30	38	113	955	90,02																									
Итого за день		1329	44,65	46,98	206,5	1464	168,04																									



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



Согласовано
Директор МБУЗ СОП с. Грудзиского
Фармацевтического
ИП Резяпова Г.Р.
Директор Резяпов А.Я.



Согласовано
Директор МБУЗ СОП с. Грудзиского
Фармацевтического
ИП Резяпова Г.Р.
Директор Резяпов А.Я.



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

Меню на 20 ноября 2025 г.

Рацион: дети с ОВЗ, дети - инвалиды, СВО, (1-4 классы)		День:	четверг	Сезон:	осень			
		Неделя:	4	Возрастная категория:	7-11 лет			
		Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)	Знаре- тиссан ценная (ккал)	№ рецепт уры	стоимос- ть	
Прием пищи		Б	Ж	У				
завтрак								
	Плов из мяса кур	150	11	19	30	320	64,18	
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02	
	Сок фруктовый	200	1		26	92	191	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за завтрак		600	16	20	89	575	71,09	
обед								
	Огурцы соленные	30			1	4	494	
	Свекольник	250/10	5	10	17	115	36,07	
	Картофельное пюре	150/4	3	5	22	140	107,08	
	Гуляш из говядины	20/50	7	9	4	123	47,19	
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за обед		764	19	25	77	545	79,73	
Итого за день		1364	35	45	166	1120	150,82	

Рацион: дети с ОВЗ, дети - инвалиды, СВО, (5-11 классы)		День:	четверг	Сезон:	осень			
		Неделя:	4	Возрастная категория:	12 лет и старше			
		Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)	Знаре- тиссан ценная (ккал)	№ рецепт уры	стоимос- ть	
Прием пищи		Б	Ж	У				
завтрак								
	Плов из мяса кур	150	11	19	30	320	64,18	
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02	
	Сок фруктовый	200	1		26	92	191	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за завтрак		600	16	20	89	575	78,02	
обед								
	Огурцы соленные	30			1	4	494	
	Свекольник	250/10	5	10	17	115	36,07	
	Картофельное пюре	180/5	4	5	26	164	107,01	
	Гуляш из говядины	20/50	7	9	4	123	47,19	
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02	
	Хлеб пшеничный	70	6	1	34	172	208	
Итого за обед		815	22	25	91	618	90,02	
Итого за день		1415	38	45	180	1193	168,04	



Согласовано
Директор МНУ СОН - Г.Р. Резянова Г.Р.
Директор Резянов А.Я.

Меню на 21 ноября 2025 г.

Рацион: дети с ОВЗ, дети - инвалиды, СВО, (1-4 классы)		Наименование блюда	День:		Сезон: осень	
			пятица		Возрастная категория: 7-11 лет	
			Неделя:	4	Возрастная категория: 7-11 лет	Стоимость
Прием пищи	Выход блюда	Б	Ж	У	Энергетическая ценность	На рецептур
завтрак						
Каша "Артек" молочная	150/4	6	6	56	276	69
Напиток из свежих мороженых ягод	200/10	1		21	89	102,03
Фрукты	140	1	1	14	66	101,02
Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207,02
Итого за завтрак	554	12	8	115	554	71,09
обед						
Салат из свеклы с растительным маслом	60	1	5	5	68	19
Суп картофельный с крупой пшеничной	200	4	7	16	91	31,11
Каша перловая рассыпчатая	150/4	5	3	33	180	155,01
Мясо тушеное с овощами	50	6	7	2	94	29,12
Чай с сахаром	200			9	40	92,02
Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207
Итого за обед	714	20	23	89	596	79,73
Итого за день	1268	32	31	204	1150	150,82



Согласовано
Директор МНУ СОН - Г.Р. Резянова Г.Р.
Директор Резянов А.Я.

Меню на 21 ноября 2025 г.

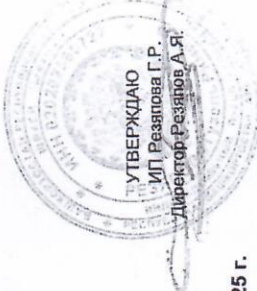
Рацион: дети с ОВЗ, дети - инвалиды, СВО, (5-11 классы)		Наименование блюда	День:		Сезон: осень	
			пятица		Возрастная категория: 12 лет и старше	
			Неделя:	4	Возрастная категория: 12 лет и старше	Стоимость
Прием пищи	Выход блюда	Б	Ж	У	Энергетическая ценность	На рецептур
завтрак						
Каша "Артек" молочная	180/4,5	7	7	67	355	89,02
Напиток из свежих мороженых ягод	200/10	1		21	89	102,03
Фрукты	140	1	1	14	66	101,02
Хлеб пшеничный	55	4	1	27	135	207,01
Итого за завтрак	589,5	13	9	129	645	78,02
обед						
Салат из свеклы с растительным маслом	60	1	5	5	68	19
Суп картофельный с крупой пшеничной	250	5	9	20	120	31,18
Каша перловая рассыпчатая	180/5	6	4	40	222	155
Мясо тушеное с овощами	50	6	7	2	94	29,12
Чай с сахаром	200			9	40	92,02
Хлеб пшеничный	70	6	1	34	172	208
Итого за обед	815	24	26	110	716	90,02
Итого за день	1404,5	37	35	239	1361	168,04



УТВЕРЖДАЮ
И.П. Резянова Г.Р.
Директор Резянов А.Я.



Согласовано
Директор МБОУ СОШ с.Тракторостро
Фархатжанов А.А.



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

Меню на 24 ноября 2025 г.

Рацион: дети с ОВЗ, дети - инвалиды, СВО, (1-4 классы)		День:		Понедельник		Сезон: осень	
		Неделя:		5		Возрастная категория: 7-11 лет	
		Выход блюда		Пищевые вещества (г)		Энергетическая ценность	
		Б		Б		Ж	
Примечание	Наименование блюда	150/10	8	6	37	237	77,09
завтрак	Макаронные изделия с тертым сыром	200			9	40	92,02
	Чай с сахаром	50	4	1	24	123	207,02
	Хлеб пшеничный	100	1		26	92	191
	Сок фруктовый						
Итого за завтрак		510	13	7	96	492	71,09
обед		200/8	4	8	8	73	10,07
	Щи с капустой и картофелем	150/4	9	6	39	265	65
	Каша гречневая рассыпчатая	20/50	6	10	4	114	47,31
	Гуляш из мяса кур	18	1	2	13	77	92,02
	Печенье Топленое молоко	200			9	40	92,02
	Чай с сахаром	50	4	1	24	123	207
	Хлеб пшеничный	700	24	27	97	692	79,73
Итого за день		1210	37	34	193	1184	150,82



Согласовано
Директор МБОУ СОШ с.Тракторостро
Фархатжанов А.А.



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

Меню на 24 ноября 2025 г.

Рацион: дети с ОВЗ, дети - инвалиды, СВО, (5-11 классы)		День:		Понедельник		Сезон: осень	
		Неделя:		5		Возрастная категория: 12 лет и старше	
		Выход блюда		Пищевые вещества (г)		Энергетическая ценность	
		Б		Б		Ж	
Примечание	Наименование блюда	150/10	8	6	37	237	77,09
завтрак	Макаронные изделия с тертым сыром	200			9	40	92,02
	Чай с сахаром	50	4	1	24	123	207,02
	Хлеб пшеничный	100	1		26	92	191
	Сок фруктовый						
Итого за завтрак		510	13	7	96	492	78,02
обед		250/10	5	11	10	88	10,08
	Щи с капустой и картофелем	180/5	10	7	45	288	65,02
	Каша гречневая рассыпчатая	20/50	6	10	4	114	47,31
	Гуляш из мяса кур	18	1	2	13	77	92,02
	Печенье Топленое молоко	200			9	40	92,02
	Чай с сахаром	70	6	1	34	172	208
	Хлеб пшеничный	803	28	31	115	779	90,02
Итого за обед		1313	41	38	211	1271	168,04



Согласовано
Директор МБОУ СОШ №1
Фазрахамонов Г.М.



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

Меню на 25 ноября 2025 г.

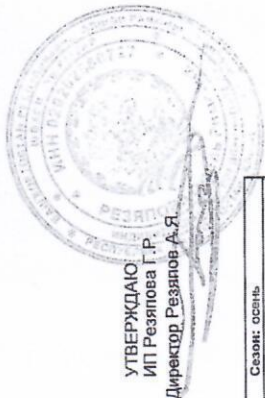
Рацион: дети с ОВЗ, дети - инвалиды,СВО, (1-4 классы)				День: вторник		Сезон: осень		
		Неделя:	5	Возрастная категория:7-11 лет				
Пример пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептур	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак								
		150/4	3	5	22	140		107,08
	Картофельное пюре	30/40	6	4	1	88		187
	Рыба, (филе) тушеная в томате с овощами	18	1	2	13	77		92,02
	Печенье Топленое молоко	200			9	40		92,02
	Чай с сахаром	50	4	1	24	123		207,02
	Хлеб пшеничный	492	14	12	69	468		71,09
Итого за завтрак								
обед								
	Рассольник "Ленинградский"	200/8	2	7	4	49		26,09
	Каша рисовая рассыпчатая	150/4	4	4	39	210		67,01
	Куры отварные (бедро)	70	18	15		229		521
	Соус томатный	30		1	2	22		593,05
	Чай с сахаром	200			9	40		92,02
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123		207
Итого за обед		712	28	28	78	673		79,73
Итого за день		1204	42	40	147	1141		150,82



Согласовано
Директор МБОУ СОШ №1
Фазрахамонов Г.М.

Меню на 25 ноября 2025 г.

Рацион: дети с ОВЗ, дети - инвалиды,СВО, (5-11 классы)		День:		Сезон: осень			
		вторник	5	Возрастная категория: 12 лет и старше			
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Плациевые вещества (г)		Энергетическая ценность	№ рецептур	стоимость
			Б	Ж			
завтрак							
	Картофельное пюре	180/5	4	5	26	164	107,1
	Рыба,(филе) тушеная в томате с овощами	30/40	6	4	1	88	187
	Печенье Топленое молоко	18	1	2	13	77	92,02
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207,02
Итого за завтрак		523	15	12	73	492	78,02
обед							
	Рассольник "Ленинградский"	250/10	2	8	4	61	26,08
	Каша рисовая рассыпчатая	180/5	5	5	40	228	67,02
	Куры отварные (бедро)	70	18	15		229	521
	Соус томатный	30		1	2	22	593,05
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02
	Хлеб пшеничный	70	6	1	34	172	208
Итого за обед		815	31	30	89	752	90,02
Итого за день		1338	46	42	162	1244	168,04



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



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

Согласовано
Директор МБОУ СОШ
Фарахманова Т.М.

Меню на 26 ноября 2025 г.

Рацион: дети с ОВЗ, дети - инвалиды, СВО, (5-11 классы)		День: среда	Сезон: осень		12		
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Возрастная категория:			Стоимость	
			пищевые вещества (г)		Энергетическая ценность (ккал)		
			Б	Ж			У
Завтрак	Макаронные изделия отварные	180/5	7	4	44	246	77,02
	Палочки Школьные 2 шт	60	6	10	12	194	486,03
	Соус томатный	50	1	3	3	34	593,07
	Напиток из свежих мороженных ягод	200/10	1		21	89	102,03
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207,02
	Итого за завтрак	555	19	18	104	686	78,02
Обед	Суп картофельный с бобовыми и гречками	250/38	9	9	41	220	33,14
	Каша перловая рассыпчатая	180/5	6	4	40	222	155
	Мясо тушеное с овощами	60	7	7	3	108	488,11
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02
	Хлеб пшеничный	70	6	1	34	172	208
	Итого за обед	803	28	21	127	762	90,02
Итого за день		1358	47	39	231	1448	168,04

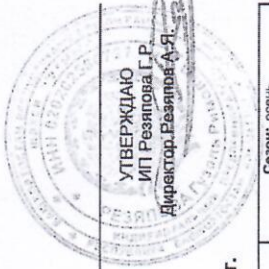


УТВЕРЖДАЮ
ИП Резяпова Г.Р.
Директор Резяпов А.Я.

Согласовано
Директор МБОУ СОШ
Фарахманова Т.М.

Меню на 26 ноября 2025 г.

Рацион: дети с ОВЗ, дети инвалиды, СВО, (1-4 классы)		День: среда	Сезон: осень					
Неделя:		5	Возрастная категория: 7-11 лет					
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептур	Стоимость
			Б	Ж	У			
Завтрак								
	Макаронные изделия отварные	150/4	6	4	37	204	77,01	
	Палочки Школьные 2 шт	60	6	10	12	194	486,03	
	Соус томатный	30		1	2	22	593,05	
	Напиток из свежих мороженых ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207,02	
Итого за завтрак		504	17	16	96	632		71,09
Обед								
	Суп картофельный с бобовыми и гречками	250/38	9	9	41	220	33,14	
	Каша перловая рассыпчатая	150/4	5	3	33	180	155,01	
	Мясо тушеное с овощами	50	6	7	2	94	29,12	
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02	
	Хлеб пшеничный	40	3		19	98	206	
Итого за обед		732	23	19	104	632		79,73
Итого за день		1236	40	35	200	1264		150,82



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

Рацион: дети с ОВЗ, дети - инвалиды, СВО, (1-4 классы)		День:	четверг		Сезон: осень				
		Неделя:	5		Возрастная категория: 7-11 лет				
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецепт уры	Стоимость	
			Б	Ж	У				
завтрак	Салат из свежих с соевыми огурцами	60	1	6	4	73	23		
	Каша гречневая рассыпчатая	150/4	9	6	39	265	65		
	Гуляш из говядины	20/50	7	9	4	123	47,19		
	Чай витаминный	200/5			11	39	102,04		
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207		
	Итого за завтрак	539	21	22	82	623		71,09	
обед	Суп картофельный с крупой пшеничной	200	4	7	16	91	31,11		
	Макаронные изделия отварные	150/4	6	4	37	204	77,01		
	Котлеты Ладушки	60	6	10	12	194	486,02		
	Соус томатный	40	1	3	3	29	593,06		
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02		
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207		
Итого за обед	704	21	25	101	681		79,73		
Итого за день	1243	42	47	183	1304		150,82		



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

1998

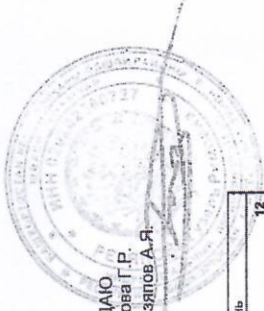
Рацион: дети с ОВЗ, дети - инвалиды,СВО, (5-11 классы)		День:	подольск		Сезон: осень		12
Прием пищи	Наименование блюда	Неделя:	5	Возрастная категория: лет и старше		Стоимость	
		Выход блюда	Пищевые вещества (г)		Энерг е- тическ ая	№ рецептур ы	б
			Б	Ж	У		
завтра	Салат из свеклы с солеными огурцами	60	1	6	4	73	23
	Каша гречневая рассыпчатая	180/5	10	7	45	288	65,02
	Гуляш из говядины	20/50	7	9	4	123	47,19
	Чай витаминный	200/5			11	39	102,04
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207
Итого за завтрак		570	22	23	88	646	78,02
обед	Суп картофельный с крупой пшениной	250	5	9	20	120	31,18
	Макаронные изделия отварные	180/5	7	4	44	246	77,02
	Котлеты Ладушки	60	6	10	12	194	486,02
	Соус томатный	40	1	3	3	29	593,06
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02
	Хлеб пшеничный	70	6	1	34	172	208
Итого за обед		805	25	27	122	801	90,02
Итого за день		1375	47	50	210	1447	168,04



Согласовано
Директор МБОУ СОШ с. Гурьевского
Ф.А. Резяпова А.Я.



Согласовано
Директор МБОУ СОШ с. Гурьевского
Ф.А. Резяпова А.Я.



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

Меню на 28 ноября 2025 г.

Рацион: дети с ОВЗ, дети - инвалиды, СВО, (1-4 классы)		День:		Пятница		Сезон: осень	
		Неделя:		5		Возрастная категория: 7-11 лет	
		Выход блюда		Пищевые вещества (г)		Энергетическая ценность	
				Б	Ж	У	На рецептур
Прием пищи	Наименование блюда						
завтрак	Каша пшенная молочная	180/4,5	6	7	27	209	73
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02
	Бутерброд с сыром	50/10	6	3	40	155	143,01
	Итого за завтрак	444,5	12	10	76	404	71,09
обед	Суп картофельный с крупой рисовой	200	4	7	14	82	31,16
	Картофельное пюре	150/4	3	5	22	140	107,08
	Куры отварные (бедро)	70	18	15		229	521
	Соус томатный	30		1	2	22	593,05
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207
Итого за обед		704	29	29	71	636	79,73
Итого за день		1148,5	41	39	147	1040	150,82

Меню на 28 ноября 2025 г.

Рацион: дети с ОВЗ, дети - инвалиды, СВО, (5-11 классы)		День:		Пятница		Сезон: осень	
		Неделя:		5		Возрастная категория: лет и старше	
		Выход блюда		Пищевые вещества (г)		Энергетическая ценность	
				Б	Ж	У	На рецептур
Прием пищи	Наименование блюда						
завтрак	Каша пшенная молочная	180/4,5	6	7	27	209	73
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02
	Бутерброд с сыром	50/10	6	3	40	155	143,01
	Итого за завтрак	444,5	12	10	76	404	76,02
обед	Суп картофельный с крупой рисовой	250	5	8	18	103	31,17
	Картофельное пюре	180/5	4	5	26	164	107,01
	Куры отварные (бедро)	70	18	15		229	521
	Соус томатный	30		1	2	22	593,05
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02
	Хлеб пшеничный	70	6	1	34	172	208
Итого за обед		805	33	30	89	730	90,02
Итого за день		1249,5	45	40	165	1134	168,04