



СОГЛАСОВАНО

МБОУ СОШ № _____

Директор

Меню на 29 сентября 2023 г.

Рацион: дети из ММС, 1-4 классы, РП

День: пятница

Сезон: осень

Неделя: 5

Возрастная категория: 7-11 лет



СОГЛАСОВАНО

МБОУ СОШ № _____

Директор

Меню на 29 сентября 2023 г.

Рацион: дети из ММС (5-11 классы)

День: пятница

Сезон: осень

Неделя: 5

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Каша пшенная молочная	150/4	6	7	27	191	73	
	Чай с сахаром	200			9	36	92,04	
	Масло сливочное	10		7		66	159	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
	Фрукты	140	1	1	14	66	101,02	
Итого за завтрак		554	11	16	74	482		64,44

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Каша пшенная молочная	150/4	6	7	27	191	73	
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02	
	Масло сливочное	10		7		66	159	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
	Фрукты	140	1	1	14	66	101,02	
Итого за завтрак		554	11	16	74	486		73,20



СОГЛАСОВАНО

МБОУ СОШ №2

Директор

Меню на 28 сентября 2023 г.

День: четверг

Сезон: осень

**Рацион: дети из ММС
(5-11 классы)**

Неделя: 5

Возрастная категория:
12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг е- тисес ккал	№ рецеп туры	стоим ость
			Б	Ж	У			
завтрак								
	Салат из белокочанной капусты	60	1	3	7	63	5,01	
	Картофельное пюре	150/4	3	5	26	151	107,01	
	Азу из говядины	35/50	10	17	3	209	44,05	
	Кисель из концентрата	200			10	40	303	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за завтрак			550	18	26	70	586	73,20

СОГЛАСОВАНО

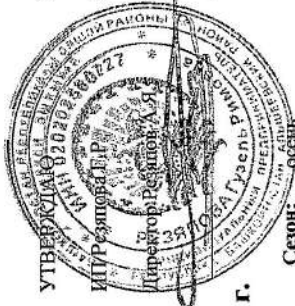
МБОУ СОШ № _____

Директор

СОГЛАСОВАНО

МБОУ СОШ № _____

Директор



Меню на 27 сентября 2023 г.

День: среда

Сезон: осень

Рацион: дети из ММС,
1-4 классы, РП

Возрастная категория:

7-11 лет

Неделя: 5



УТВЕРЖДАЮ

ИП Резникова Р.

Директор Республики

Меню на 27 сентября 2023 г.

День: среда

Сезон: осень

Возрастная категория:
12 лет и старше

Неделя: 5

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Огурцы свежие порционные	40				4	469	
	Плов из куриного филе	150	14	18	24	320	64	
	Чай витаминный	200/5			11	39	102,04	
	Сок фруктовый	100	1		13	46	50	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за завтрак		545	19	19	72	532		64,44

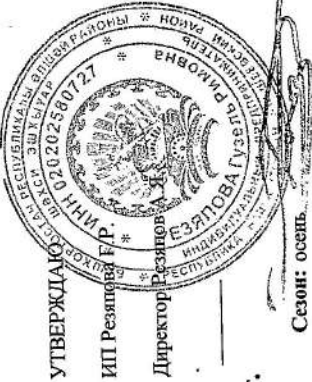
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Огурцы свежие порционные	40				4	469	
	Плов из куриного филе	180	13	23	36	383	64,01	
	Чай витаминный	200/5			11	39	102,04	
	Сок фруктовый	100	1		13	46	50	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за завтрак		575	18	24	84	595		73,20



СОГЛАСОВАНО
МБОУ СОШ № _____
Директор _____

Меню на 26 сентября 2023 г.

Рацион: дети из ММС, 1-4 классы, РП
День: вторник
Неделя: 5
Сезон: осень
Возрастная категория: 7-11 лет



УТВЕРЖДАЮ
ИП Резанов Г.Р.
Директор _____

Меню на 26 сентября 2023 г.

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

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Питательные вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Помидоры порционные	60					171	
	Каша гречневая рассыпчатая	150/4	9	6	39	265	65	
	Гуляш из говядины	20/50	7	9	4	123	47,13	
	Компот из смеси сухофруктов	200			15	60	97,02	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за завтрак		534	20	16	82	571		64,44

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Питательные вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Помидоры порционные	60					171	
	Каша гречневая молочная вязкая	150/4	7	7	29	203	440	
	Гуляш из говядины	40/50	12	14	4	192	47,14	
	Компот из смеси сухофруктов	200			15	60	97,02	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за завтрак		554	23	22	72	578		73,20



СОГЛАСОВАНО

МБОУ СОШ №

Директор

СОГЛАСОВАНО

МБОУ СОШ №

Директор



УТВЕРЖДАЮ

ИП Резапова Г.Р.

Директор Резапова Г.Р.

Меню на 25 сентября 2023 г.

День: понедельник Сезон: осень

Рацион: дети из ММС,
1-4 классы, РП

Неделя: 5 Возрастная категория:
7-11 лет

Меню на 25 сентября 2023 г.

День: понедельник Сезон: осень

Рацион: дети из ММС
(5-11 классы)
Неделя: 5 Возрастная категория:
12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Макаронные изделия отварные	150/4	6	4	37	204	77,01	
	Куры отварные (бедро)	70	18	15		229	521	
	Соус томатный	30		1	2	22	593,01	
	Напиток из свежих мороженых ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за завтрак		514	29	21	84	667		64,44

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Макаронные изделия отварные	180/5	7	4	44	246	77,02	
	Куры отварные (бедро)	70	18	15		229	521	
	Соус томатный	40	1	3	3	29	593,02	
	Напиток из свежих мороженых ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за завтрак		555	31	23	92	716		73,20



СОГЛАСОВАНО

МБОУ СОШ № _____

Директор

СОГЛАСОВАНО

МБОУ СОШ № _____

Директор



УТВЕРЖДАЮ

ИП Резяпова Г.Р.

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 21 сентября 2023 г.

День: четверг

Сезон: осень

Рацион: дети из ММС,
1-4 классы, РП

Неделя: 4

7-
11 лет

Рацион: дети из ММС
(5-11 классы)

Неделя: 4

Возрастная категория:
12 лет и старше

Меню на 21 сентября 2023 г.

День: четверг

Сезон: осень

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У	ккал		
завтрак	Салат из свежих помидоров	60	1	3	29	43	7,02	
	Картофельное пюре	150/4	3	5	26	151	107,01	
	Рыба (филе) тушеная в томате с овощами	30/40		4	2	98	185	
	Компот из смеси сухофруктов	200			15	60	97,02	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	352	207	
Итого за завтрак		534	8	13	96	704		64,44

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У	ккал		
завтрак	Салат из свежих помидоров	60	1	3	29	43	7,02	
	Картофельное пюре	180/5	4	5	26	168	107,02	
	Рыба (филе) тушеная в томате с овощами	30/40		4	2	94	185	
	Компот из смеси сухофруктов	200			15	60	97,02	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за завтрак		565	9	13	96	488		73,20



СОГЛАСОВАНО

МБОУ СОШ № _____

Директор _____

СОГЛАСОВАНО

МБОУ СОШ № _____

Директор _____

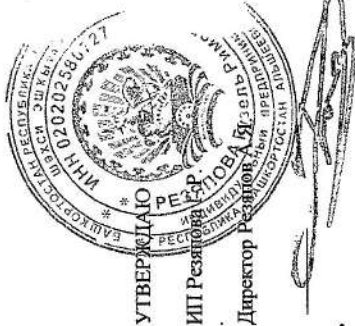
Меню на 20 сентября 2023 г.

День: среда Сезон: осень

Рацион: дети из ММС,
1-4 классы, РП

Неделя: 4 Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг е- тисес кая	№ рецеп туры	стоимо сть
			Б	Ж	У			
завтрак								
	Салат Витаминный	60	1	3	7	62	113	
	Плов из куриного филе	150	14	18	24	320	64	
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02	
	Печенье Слободка	50	4	5	35	221	100,01	
Итого за завтрак	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
		510	23	27	99	766		64,44



УТВЕРЖДАЮ

ИП Резапова

Директор Резапова А.Б.

Меню на 20 сентября 2023 г.

День: среда Сезон: осень

Рацион: дети из ММС
(5-11 классы)

Неделя: 4 Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг е- тчес кая	№ рецеп туры	стоим ость
			Б	Ж	У			
завтрак								
	Салат Витаминный	60	1	3	7	62	113	
	Плов из куриного филе	200	14	25	40	420	64,02	
	Чай с сахаром	200			9	36	92,04	
	Печенье Слободка	50	4	5	35	221	100,01	
	Хлеб пшеничный 50	50	4	1	24	123	207	
Итого за завтрак		560	23	34	115	862		73,20



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

Меню на 19 сентября 2023 г.

Меню на 19 сентября 2023 г.

Сезон: осень
Возрастная категория:
12 лет и старше

День: вторник
Недели: 4

Рацион: дети из ММС
(5-11 классы)

7-
11 лет



СОГЛАСОВАНО
МБОУ СОШ №
Директор

Директор

Меню на 19 сентября 2023 г.

Сезон: осень
Возрастная категория:
7-
11 лет

День: вторник
Недели: 4

Рацион: дети из ММС,
1-4 классы, РП

СОГЛАСОВАНО
МБОУ СОШ №
Директор

Директор

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Каша гречневая рассыпчатая	180/5	10	7	45	288	65,02	
	Куры отварные (бедро)	70	18	15		229	521	
	Соус томатный	30		1	2	22	593,01	
	Чай витаминный	200/5			11	39	102,04	
	Масло сливочное	10		7		66	159	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за завтрак		550	32	31	82	767		73,20

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Каша гречневая рассыпчатая	150/4	9	6	39	265	65	
	Куры отварные (бедро)	70	18	15		229	521	
	Соус томатный	30		1	2	22	593,01	
	Чай витаминный	200/5			11	39	102,04	
	Масло сливочное	8		7		60	159	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за завтрак		517	31	30	76	738		64,44



СОГЛАСОВАНО

МБОУ СОШ № _____

Директор _____

Меню на 18 сентября 2023 г.

День: понедельник Сезон: осень

Рацион: дети из ММС,
1-4 классы, РП

Неделя: 4 Возрастная категория:
7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У	ккал		
завтрак	Сосиска Детская	56	6,05	15,4		162,8	126	
	Макаронные изделия отварные с томатным соусом	150/4/30	8	6	37	237	77,06	
	Напиток из свежих мороженых ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
	Повидло	10	0,04		6,5	25	133	
Итого за завтрак		510	19,1	13,1	94,6	480,1		64,44



СОГЛАСОВАНО

МБОУ СОШ № _____

Директор _____

Меню на 18 сентября 2023 г.

День: понедельник Сезон: осень

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

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У	ккал		
завтрак	Сосиска Детская	56	6,05	15,4		162,8	126	
	Макаронные изделия отварные с томатным соусом	180/5/40	7	4	44	246	77,02	
	Напиток из свежих мороженых ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
	Повидло	10	0,04		6,5	25	133	
Итого за завтрак		551	18,09	20,4	96	645,8		73,20



СОГЛАСОВАНО

МБОУ СОШ № _____

Директор

Меню на 15 сентября 2023 г.

День: пятница

Сезон: осень

Рацион: дети из ММС,
1-4 классы, РП

Неделя: 3

Возрастная категория: 7-11 лет



СОГЛАСОВАНО

МБОУ СОШ № _____

Директор

Меню на 15 сентября 2023 г.

День: пятница

Сезон: осень

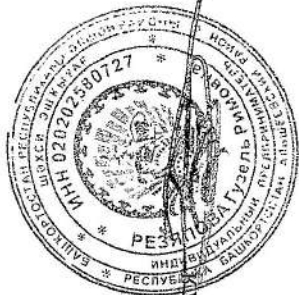
Рацион: дети из ММС
(5-11 классы)

Неделя: 3

Возрастная категория:
12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецептур	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Каша пшеничная молочная	150/4	6	7	27	191	73	
	Чай с сахаром	200			9	36	92,02	
	Масло сливочное	10		7		66	159	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
	Фрукты	140	1	1	14	66	101,02	
Итого за завтрак		554	11	16	74	482		64,4

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецептур	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Каша пшеничная молочная	150/4	6	7	27	191	73	
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02	
	Масло сливочное	10		7		66	159	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
	Фрукты	140	1	1	14	66	101,02	
Итого за завтрак		554	11	16	74	486		73,20



СОГЛАСОВАНО

МБОУ СОШ №

Директор

УТВЕРЖДАЮ

ИП Резяпова Г.Р.

Директор Резяпов А.А.

Меню на 14 сентября 2023 г.

Рацион: дети из ММС (5-11 классы) День: четверг Неделя: 3 Сезон: осень Возрастная категория: 12 лет и старше



СОГЛАСОВАНО

МБОУ СОШ №

Директор

Меню на 14 сентября 2023 г.

Рацион: дети из ММС, 1-4 классы, РП День: четверг Неделя: 3 Сезон: осень Возрастная категория: 7-11 лет

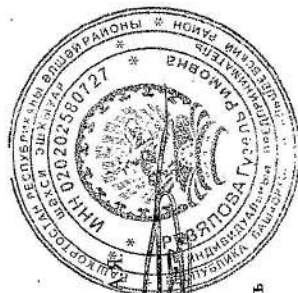
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	№ рецептур	Стоимость
			Б	Ж	У	ккал	уры	б
завтрак	Салат из белокочанной капусты	60	1	3	7	63	5,01	
	Картофельное пюре	150/4	3	5	26	151	107,01	
	Азу из говядины	35/30	10	14	2	170	44,04	
	Кисель из концентрата	200			10	40	303	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за завтрак		529	18	23	69	547		64,4

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	№ рецептур	Стоимость
			Б	Ж	У	ккал	уры	б
завтрак	Салат из белокочанной капусты	60	1	3	7	63	5,01	
	Картофельное пюре	150/4	3	5	26	151	107,01	
	Азу из говядины	35/50	10	17	3	209	44,05	
	Кисель из концентрата	200			10	40	303	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за завтрак		550	18	26	70	586		73,20



СОГЛАСОВАНО
МБОУ СОШ № _____
Директор

УТВЕРЖДАЮ
ИП Резяпова Г.Р.
Директор Резяпов



Меню на 13 сентября 2023 г.

Рацион: дети из ММС,
1-4 классы, РП

День: среда
Сезон: осень
Неделя: 3
Возрастная категория: 7-11 лет

Меню на 13 сентября 2023 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	№ рецептуры	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Огурцы свежие порционные	40				4	469	
	Плов из куриного филе	150	14	18	24	320	64	
	Чай витаминный	200/5			11	39	102,04	
	Сок фруктовый	100	1		13	46	50	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за завтрак		545	19	19	72	532		64,4

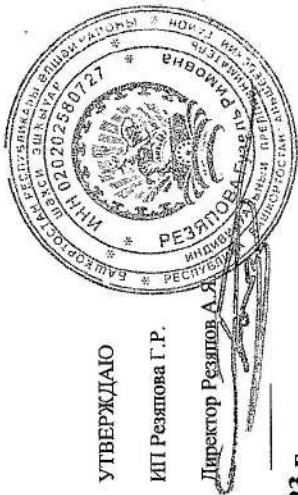
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	№ рецептуры	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Огурцы свежие порционные	40				4	469	
	Плов из куриного филе	180	13	23	36	383	64,01	
	Чай витаминный	200/5			11	39	102,04	
	Сок фруктовый	100	1		13	46	50	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за завтрак		575	18	24	84	595		73,20



СОГЛАСОВАНО
МБОУ СОШ № _____
Директор _____

Меню на 12 сентября 2023 г.

Рацион: дети из ММС,
1-4 классы, РП
День: вторник
Неделя: 3
Сезон: осень
Возрастная категория: 7-11 лет



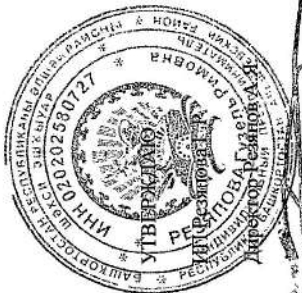
СОГЛАСОВАНО
МБОУ СОШ № _____
Директор _____

Меню на 12 сентября 2023 г.

Рацион: дети из ММС
(5-11 классы)
День: вторник
Неделя: 3
Сезон: осень
Возрастная категория:
12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецептур	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Помидоры порционные	60					171	
	Капа гречневая рассыпчатая	150/4	9	6	39	265	65	
	Гуляш из говядины	20/50	7	9	4	123	47,13	
	Компот из смеси сухофруктов	200			15	60	97,02	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за завтрак		534	20	16	82	571		64,4

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецептур	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Помидоры порционные	60					171	
	Капа гречневая молочная вязкая	150/4	7	7	29	203	440	
	Гуляш из говядины	40/50	12	14	4	192	47,14	
	Компот из смеси сухофруктов	200			15	60	97,02	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за завтрак		554	23	22	72	578		73,20



СОГЛАСОВАНО
МБОУ СОШ № _____
Директор _____

Меню на 11 сентября 2023 г.

Рацион: дети из ММС,
1-4 классы, РП
День: понедельник
Неделя: 3
Сезон: осень
Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	№ рецептур	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Макаронные изделия отварные	150/4	6	4	37	204	77,01	
	Куры отварные (бедро)	70	18	15		229	521	
	Соус томатный	30		1	2	22	593,01	
	Напиток из свежих мороженных ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за завтрак		514	29	21	84	667		64,4



СОГЛАСОВАНО
МБОУ СОШ № _____
Директор _____

Меню на 11 сентября 2023 г.

Рацион: дети из ММС
(5-11 классы)
День: понедельник
Неделя: 3
Сезон: осень
Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	№ рецептур	Стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Макаронные изделия отварные	180/5	7	4	44	246	77,02	
	Куры отварные (бедро)	70	18	15		229	521	
	Соус томатный	40	1	3	3	29	593,02	
	Напиток из свежих мороженных ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за завтрак		555	31	23	92	716		73,20



СОГЛАСОВАНО

МБОУ СОШ № _____

Директор

СОГЛАСОВАНО

МБОУ СОШ № _____

Директор



УТВЕРЖДАЮ

ИП Резяпова Г.Р.

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 8 сентября 2023 г.

Район: дети из ММС,
1-4 классы, РП

День: пятница

Сезон: осень

Неделя: 2

Возрастная категория: 7-11 лет

Меню на 8 сентября 2023 г.

Район: дети из ММС
(5-11 классы)

День: пятница

Сезон: осень

Неделя: 2

Возрастная категория:
12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энер- ге- тиче- ская	№ рецеп- туры	стои- мость
			Б	Ж	У			
завтрак	Каша "Артек" молочная	180/4,5	7	7	67	355	69,02	
	Чай с сахаром	200			9	36	92,04	
	Сыр голландский	10	2	3		38	493	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
	Фрукты	140	1	1	14	66	101,02	
Итого за завтрак		584,5	14	12	114	618		64,4

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энер- ге- тиче- ская	№ рецеп- туры	стои- мость
			Б	Ж	У			
завтрак	Каша "Артек" молочная	180/4,5	7	7	67	355	69,02	
	Чай с сахаром	200			9	36	92,04	
	Сыр голландский	10	2	3		38	493	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
	Фрукты	140	1	1	14	66	101,02	
Итого за завтрак		584,5	14	12	114	618		73,20



СОГЛАСОВАНО

МБОУ СОШ № _____

Директор

СОГЛАСОВАНО

МБОУ СОШ № _____

Директор



УТВЕРЖДАЮ

ИП Резяпова Г.Р.

Директор Резяпов А.Я.

Меню на 7 сентября 2023 г.

День: четверг

Сезон: осень

Рацион: дети из ММС,
1-4 классы, РП

Неделя: 2

Возрастная категория: 7-11 лет

Меню на 7 сентября 2023 г.

День: четверг

Сезон: осень

Рацион: дети из ММС
(5-11 классы)

Неделя: 2

Возрастная категория:
12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	№ рецептур	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Салат из свежих помидоров	60	1	3	29	43	7,02	
	Картофельное пюре	150/4	3	5	26	151	107,01	
	Рыба, (филе) тушеная в томате с овощами	30/40		4	2	98	185	
	Компот из смеси сухофруктов	200			15	60	97,02	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	352	207	
Итого за завтрак		534	8	13	96	704		64,4

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	№ рецептур	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Салат из свежих помидоров	60	1	3	29	43	7,02	
	Картофельное пюре	180/5	4	5	26	168	107,02	
	Рыба, (филе) тушеная в томате с овощами	30/40		4	2	94	185	
	Компот из смеси сухофруктов	200			15	60	97,02	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за завтрак		565	9	13	96	488		73,20

СОГЛАСОВАНО

МБОУ СОШ № _____

Директор _____



СОГЛАСОВАНО

МБОУ СОШ № _____

Директор _____

УТВЕРЖДАЮ

ИП Резяпова Г.Р.

Директор Резяпов А.Я.



Меню на 6 сентября 2023 г.

День: среда

Сезон: осень

Рацион: дети из ММС,
1-4 классы, РП

Неделя: 2

Возрастная категория:
7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	№ рецептур	стоимость
			Б	Ж	У	кал		
завтрак								
	Салат Витаминный	60	1	3	7	62	113	
	Плов из куриного филе	150	14	18	24	320	64	
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02	
	Печенье Слободка	50	4	5	35	221	100,01	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
Итого за завтрак		510	23	27	99	766		64,4

Меню на 6 сентября 2023 г.

День: среда

Сезон: осень

Рацион: дети из ММС
(5-11 классы)

Неделя: 2

Возрастная категория:
12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	№ рецептур	стоимость
			Б	Ж	У	кал		
завтрак								
	Салат Витаминный	60	1	3	7	62	113	
	Плов из куриного филе	200	14	25	40	420	64,02	
	Чай с сахаром	200			9	36	92,04	
	Печенье Слободка	50	4	5	35	221	100,01	
	Хлеб пшеничный 50	50	4	1	24	123	207	
Итого за завтрак		560	23	34	115	862		73,20

СОГЛАСОВАНО

МБОУ СОШ № _____

Директор _____



СОГЛАСОВАНО

МБОУ СОШ № _____

Директор _____

УТВЕРЖАЮ

ИП Резяпова Г.Р.

Директор Резяпов А.А.



Меню на 5 сентября 2023 г.

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

Прим. пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	№ рецептур	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Каша гречневая рассыпчатая	150/4	9	6	39	265	65	
	Куры отварные (бедро)	70	18	15		229	521	
	Соус томатный	30		1	2	22	593,01	
	Чай витаминный	200/5			11	39	102,04	
	Масло сливочное	8		7		60	159	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
	Итого за завтрак	517	31	30	76	738		64,4

Меню на 5 сентября 2023 г.

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

Прим. пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	№ рецептур	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Каша гречневая рассыпчатая	180/5	10	7	45	288	65,02	
	Куры отварные (бедро)	70	18	15		229	521	
	Соус томатный	30		1	2	22	593,01	
	Чай витаминный	200/5			11	39	102,04	
	Масло сливочное	10		7		66	159	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
	Итого за завтрак	550	32	31	82	767		73,20

СОГЛАСОВАНО

МБОУ СОШ № _____

Директор _____



СОГЛАСОВАНО

МБОУ СОШ № _____

Директор _____

Меню на 4 сентября 2023 г.

День: понедельник

Сезон: осень

Рацион: дети из ММС,
1-4 классы, РП

Неделя: 2

Возрастная категория:
7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	№ рецептуры	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Макаронные изделия с тертым сыром	150/10	8	6	37	237	77,06	
	Напиток из свежих мороженных ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
	Сок фруктовый	100	1		13	46	54,01	
	Итого за завтрак	520	14	7	95	495		64,4

УТВЕРЖДАЮ

ИП Резяпова И.

Директор Резяпова И.



Меню на 4 сентября 2023 г.

День: понедельник

Сезон: осень

Рацион: дети из ММС
(5-11 классы)

Неделя: 2

Возрастная категория:
12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	№ рецептуры	стоимость
			Б	Ж	У			
завтрак	Макаронные изделия с тертым сыром	180/15	11	10	44	307	77,04	
	Напиток из свежих мороженных ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207	
	Сок фруктовый	100	1		13	46	54,01	
	Итого за завтрак	555	17	11	102	565		73,20