



СОГЛАСОВАНО

МБОУ СОШ п. Уральский

Директор

Исангельдинова С.И.

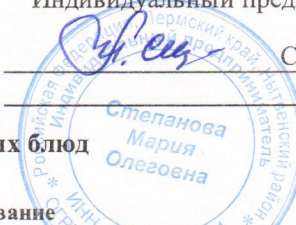
(дата)

УТВЕРЖДАЮ

Индивидуальный предприниматель

Степанова М.О.

(дата)



Меню приготавливаемых блюд

Начальное общее образование

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 1								
ЗАВТРАК	Каша рисовая вязкая	200	5,86	6,50	36,64	229,24	217	28
	Бутерброды с сыром (2-й вариант)	35	5,09	7,49	8,11	119,15	64	35
	Кофейный напиток	200	1,40	1,20	11,40	63	464	15
	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47	82	30,51
	Хлеб пшеничный формовой	50	3,80	0,40	24,60	117	573	2
	Хлеб ржаной	30	2,40	0,45	12,03	61,8	574	1
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		615	18,95	16,44	102,58	637,19		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		615	18,95	16,44	102,58	637,19		111,51

Начальное общее образование (ОВЗ)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 1								
ЗАВТРАК	Каша рисовая вязкая	200	5,86	6,50	36,64	229,24	217	25
	Кофейный напиток	200	1,40	1,20	11,40	63	464	15
	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47	82	30,51
	Хлеб пшеничный формовой	50	3,80	0,40	24,60	117	573	2
	Хлеб ржаной	30	2,40	0,45	12,03	61,8	574	1
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		580	13,86	8,95	94,47	518,04		
ЗАВТРАК 2	Бутерброды с сыром (2-й вариант)	35	5,09	7,49	8,11	119,15	64	30
	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	40	459	8
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		235	5,39	7,59	17,61	159,15		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		815	19,25	16,54	112,08	677,19		111,51

СОГЛАСОВАНО

МБОУ СОШ п. Уральский
Директор

Исангельдинова С.И.

(дата)

УТВЕРЖДАЮ

Индивидуальный предприниматель

Степанова М.О.

(дата)

Меню приготавливаемых блюд

Начальное общее образование

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 2								
ЗАВТРАК	Котлеты из говядины	90	16,93	16,46	15,96	277,17	339	65
	Макаронные изделия отварные	180	6,66	5,94	35,46	221,4	256	25
	Соус томатный с овощами	30	0,37	2,20	1,42	26,91	420	3,51
	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	0,00	0,00	15,00	60	484	15
	Хлеб пшеничный формовой	50	3,80	0,40	24,60	117	573	2
	Хлеб ржаной	30	2,40	0,45	12,03	61,8	574	1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	580	30,16	25,45	104,47	764,28		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		580	30,16	25,45	104,47	764,28		111,51

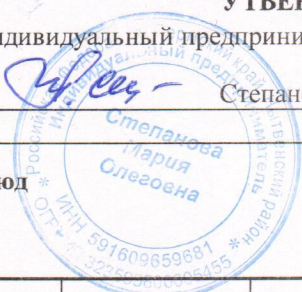
Начальное общее образование (ОВЗ)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 2								
ЗАВТРАК	Котлеты из говядины	90	16,93	16,46	15,96	277,17	339	33
	Макаронные изделия отварные	180	6,66	5,94	35,46	221,4	256	22
	Соус томатный с овощами	30	0,37	2,20	1,42	26,91	420	3,51
	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	0,00	0,00	15,00	60	484	12
	Хлеб пшеничный формовой	50	3,80	0,40	24,60	117	573	2
	Хлеб ржаной	30	2,40	0,45	12,03	61,8	574	1
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		580	30,16	25,45	104,47	764,28		
ЗАВТРАК 2	Бутерброды с маслом (2-й вариант)	35	1,68	10,36	10,5	141,4	33	30
	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	40	459	8
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		235	1,98	10,46	20	181,4		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		815	32,14	35,91	124,47	945,68		111,51



СОГЛАСОВАНО
 МБОУ СОШ п. Уральский
 Директор
Исангельдинова С.И.
 (дата)

УТВЕРЖДАЮ
 Индивидуальный предприниматель
Степанова М.О.
 (дата)



Меню приготавливаемых блюд

Начальное общее образование

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 3								
ЗАВТРАК	Кнели из птицы с рисом	90	10,35	9,27	4,86	144	371	63,51
	Рагу из овощей (1-й вариант)	180	4,50	6,30	18,00	146,7	176	30
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,60	0,10	20,10	84	495	15
	Хлеб пшеничный формовой	50	3,80	0,40	24,60	117	573	2
	Хлеб ржаной	30	2,40	0,45	12,03	61,8	574	1
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		550	21,65	16,52	79,59	553,5		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		550	21,65	16,52	79,59	553,5		111,51

Начальное общее образование (ОВЗ)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 3								
ЗАВТРАК	Кнели из птицы с рисом	90	10,35	9,27	4,86	144	371	44,51
	Рагу из овощей (1-й вариант)	180	4,50	6,30	18,00	146,7	176	28
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,60	0,10	20,10	84	495	12
	Хлеб пшеничный формовой	50	3,80	0,40	24,60	117	573	2
	Хлеб ржаной	30	2,40	0,45	12,03	61,8	574	1
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		550	21,65	16,52	79,59	553,5		
ЗАВТРАК 2	Шанежка с картофелем	50	4,84	4,5	22,75	150,84	16	16
	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	40	459	8
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		250	5,14	4,6	32,25	190,84		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		800	26,79	21,12	111,84	744,34		111,51

СОГЛАСОВАНО

МБОУ СОШ п. Уральский

Директор

Исангельдинова С.И.

(дата)

УТВЕРЖДАЮ

Индивидуальный предприниматель

Степанова М.О.

(дата)

Меню приготавливаемых блюд

Начальное общее образование

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 4								
ЗАВТРАК	Птица отварная	90	14,58	10,80	0,27	156,6	366	58,51
	Каша гречневая вязкая	180	7,97	6,84	28,73	209,3	213	30
	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	40	459	8
	Хлеб пшеничный формовой	50	3,80	0,40	24,60	117	573	2
	Хлеб ржаной	30	2,40	0,45	12,03	61,8	574	1
	Кондитерское изделие	40	3,00	3,92	29,76	166	582	12
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		590	32,05	22,51	104,89	750,7		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		590	32,05	22,51	104,89	750,7		111,51

Начальное общее образование (ОВЗ)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 4								
ЗАВТРАК	Птица отварная	90	14,58	10,80	0,27	156,6	366	47,51
	Каша гречневая вязкая	180	7,97	6,84	28,73	209,3	213	28
	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	40	459	8
	Хлеб пшеничный формовой	50	3,80	0,40	24,60	117	573	2
	Хлеб ржаной	30	2,40	0,45	12,03	61,8	574	1
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		550	29,05	18,59	75,13	584,7		
ЗАВТРАК 2	Яйцо вареное	35	4,46	4,03	0,26	55,12	15	15
	Чай с лимоном	200	0,3	0,1	9,5	40	12	8
	Хлеб пшеничный формовой	50	3,8	0,4	24,6	117	3	2
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		285	8,56	4,53	34,36	212,12		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		835	37,61	23,12	109,49	796,82		111,51



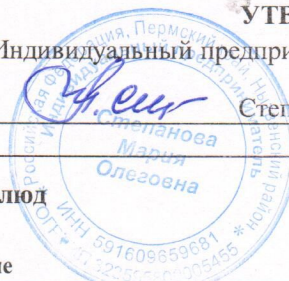
СОГЛАСОВАНО

МБОУ СОШ п. Уральский

Директор

Исангельдинова С.И.

(дата)



УТВЕРЖДАЮ

Индивидуальный предприниматель

Степанова М.О.

(дата)

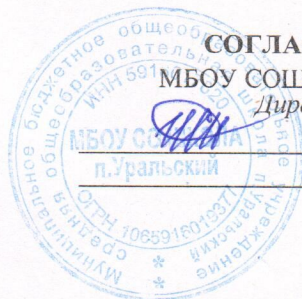
Меню приготавливаемых блюд

Начальное общее образование

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 5								
ЗАВТРАК	Котлеты или биточки рыбные	90	11,94	4,85	7,25	118,28	307	63,51
	Пюре картофельное	180	4,86	7,20	10,44	126	377	30
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,60	0,10	20,10	84	495	15
	Хлеб пшеничный формовой	50	3,80	0,40	24,60	117	573	2
	Хлеб ржаной	30	2,40	0,45	12,03	61,8	574	1
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		550	23,60	13,00	74,42	507,08		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		550	23,60	13,00	74,42	507,08		111,51

Начальное общее образование (ОВЗ)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 5								
ЗАВТРАК	Котлеты или биточки рыбные	90	11,94	4,85	7,25	118,28	307	46,51
	Пюре картофельное	180	4,86	7,20	10,44	126	377	28
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,60	0,10	20,10	84	495	12
	Хлеб пшеничный формовой	50	3,80	0,40	24,60	117	573	2
	Хлеб ржаной	30	2,40	0,45	12,03	61,8	574	1
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		550	23,60	13,00	74,42	507,08		
ЗАВТРАК 2	Булочка домашняя	50	3,5	5,59	23,17	157,5	14	14
	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	40	459	8
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		250	3,8	5,69	32,67	197,5		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		800	27,4	18,69	107,09	704,58		111,51



СОГЛАСОВАНО

МБОУ СОШ п. Уральский
Директор

Исангельдинова С.И.
(дата)

УТВЕРЖДАЮ
Индивидуальный предприниматель
Степанова М.О.
(дата)



Меню приготавливаемых блюд

Начальное общее образование

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 6								
ЗАВТРАК	Каша пшенная вязкая	200	8,38	7,60	36,92	250,64	225	28
	Бутерброды с сыром (2-й вариант)	35	5,09	7,49	8,11	119,15	64	39
	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	40	459	8
	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47	82	33,51
	Хлеб пшеничный формовой	50	3,80	0,40	24,60	117	573	2
	Хлеб ржаной	30	2,40	0,45	12,03	61,8	574	1
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		615	20,37	16,44	100,96	635,59		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		615	20,37	16,44	100,96	635,59		111,51

Начальное общее образование (ОВЗ)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 6								
ЗАВТРАК	Каша пшенная вязкая	200	8,38	7,60	36,92	250,64	225	25
	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	40	459	8
	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47	82	37,51
	Хлеб пшеничный формовой	50	3,80	0,40	24,60	117	573	2
	Хлеб ржаной	30	2,40	0,45	12,03	61,8	574	1
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		580	15,28	8,95	92,85	516,44		
ЗАВТРАК 2	Бутерброды с сыром (2-й вариант)	35	5,09	7,49	8,11	119,15	64	30
	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	40	459	8
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		235	5,39	7,59	17,61	159,15		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		815	20,67	16,54	110,46	675,59		111,51



СОГЛАСОВАНО
МБОУ СОШ п. Уральский
Директор

Исангельдинова С.И.
(дата)

УТВЕРЖДАЮ
Индивидуальный предприниматель
Степанова М.О.
(дата)



Меню приготавливаемых блюд

Начальное общее образование

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 7								
ЗАВТРАК	Рагу из птицы	270	28,35	25,65	21,46	430,65	376	93,51
	Компот из свежих плодов и ягод	200	0,16	0,16	13,90	56,7	486	15
	Хлеб пшеничный формовой	50	3,80	0,40	24,60	117	573	2
	Хлеб ржаной	30	2,40	0,45	12,03	61,8	574	1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	550	34,71	26,66	71,99	666,15		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		550	34,71	26,66	71,99	666,15		111,51

Начальное общее образование (ОВЗ)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 7								
ЗАВТРАК	Рагу из птицы	270	28,35	25,65	21,46	430,65	376	58,51
	Компот из свежих плодов и ягод	200	0,16	0,16	13,90	56,7	486	12
	Хлеб пшеничный формовой	50	3,80	0,40	24,60	117	573	2
	Хлеб ржаной	30	2,40	0,45	12,03	61,8	574	1
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		550	34,71	26,66	71,99	666,15		
ЗАВТРАК 2	Пирожки печеные из сдобного теста	50	2,66	2,25	14,91	90,83	14	30
	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	40	459	8
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		250	2,96	2,35	24,41	130,83		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		800	37,67	29,01	96,4	796,98		111,51

СОГЛАСОВАНО

МБОУ СОШ п. Уральский
ДиректорИсангельдинова С.И.
(дата)

УТВЕРЖДАЮ

Индивидуальный предприниматель

Степанова М.О.
(дата)

Меню приготавливаемых блюд

Начальное общее образование

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 8								
ЗАВТРАК	Салат витаминный	60	0,72	3,06	3,30	43,8	2	14
	Котлеты или биточки рыбные	90	11,94	4,85	7,25	118,28	307	58
	Макаронные изделия отварные	180	6,66	5,94	35,46	221,4	256	25
	Соус томатный с овощами	30	0,37	2,20	1,42	26,91	420	3,51
	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	40	459	8
	Хлеб пшеничный формовой	50	3,80	0,40	24,60	117	573	2
	Хлеб ржаной	30	2,40	0,45	12,03	61,8	574	1
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		640	26,19	17,00	93,56	629,19		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		640	26,19	17,00	93,56	629,19		111,51

Начальное общее образование (ОВЗ)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 8								
ЗАВТРАК	Котлеты или биточки рыбные	90	11,94	4,85	7,25	118,28	307	51
	Макаронные изделия отварные	180	6,66	5,94	35,46	221,4	256	22
	Соус томатный с овощами	30	0,37	2,20	1,42	26,91	420	3,51
	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	40	459	8
	Хлеб пшеничный формовой	50	3,80	0,40	24,60	117	573	2
	Хлеб ржаной	30	2,40	0,45	12,03	61,8	574	1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		580	25,47	13,94	90,26	585,39	
ЗАВТРАК 2	Салат витаминный	60	0,72	3,06	3,30	43,8	2	14
	Чай с лимоном	200	0,3	0,1	9,5	40	12	8
	Хлеб пшеничный формовой	50	3,8	0,4	24,6	117	3	2
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		250	4,82	3,56	37,4	200,8	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		830	30,29	17,5	127,66	786,19		111,51

СОГЛАСОВАНО

МБОУ СОШ п. Уральский

Директор

Исангельдинова С.И.

(дата)

УТВЕРЖДАЮ

Индивидуальный предприниматель

Степанова М.О.

(дата)

Меню приготавливаемых блюд

Начальное общее образование

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 9								
ЗАВТРАК	Плов из отварной птицы	270	16,61	11,07	33,48	301,05	375	93,51
	Кофейный напиток с молоком	200	2,80	2,50	13,60	88	465	15
	Хлеб пшеничный формовой	50	3,80	0,40	24,60	117	573	2
	Хлеб ржаной	30	2,40	0,45	12,03	61,8	574	1
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		550	25,61	14,42	83,71	567,85		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		550	25,61	14,42	83,71	567,85		111,51

Начальное общее образование (ОВЗ)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 9								
ЗАВТРАК	Плов из отварной птицы	270	16,61	11,07	33,48	301,05	375	68,51
	Кофейный напиток с молоком	200	2,80	2,50	13,60	88	465	15
	Хлеб пшеничный формовой	50	3,80	0,40	24,60	117	573	2
	Хлеб ржаной	30	2,40	0,45	12,03	61,8	574	1
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		550	25,61	14,42	83,71	567,85		
ЗАВТРАК 2	Яйцо вареное	35	4,46	4,03	0,26	55,12	15	15
	Чай с лимоном	200	0,3	0,1	9,5	40	12	8
	Хлеб пшеничный формовой	50	3,8	0,4	24,6	117	3	2
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		285	8,56	4,53	34,36	212,12		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		835	34,17	18,95	118,07	779,97		111,51



СОГЛАСОВАНО

МБОУ СОШ п. Уральский

Директор

Исангельдинова С.И.

(дата)

УТВЕРЖДАЮ

Индивидуальный предприниматель

Степанова М.О.

(дата)

Меню приготавливаемых блюд

Начальное общее образование

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 10								
ЗАВТРАК	Тефтели из говядины в молочном соусе	90	11,39	12,18	7,97	187,13	349	70,51
	Пюре картофельное	180	4,86	7,20	10,44	126	377	30
	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38	457	8
	Хлеб пшеничный формовой	50	3,80	0,40	24,60	117	573	2
	Хлеб ржаной	30	2,40	0,45	12,03	61,8	574	1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	550	22,65	20,33	64,34	529,93		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		550	22,65	20,33	64,34	529,93		111,51

Начальное общее образование (ОВЗ)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 10								
ЗАВТРАК	Тефтели из говядины в молочном соусе	90	11,39	12,18	7,97	187,13	349	50,51
	Пюре картофельное	180	4,86	7,20	10,44	126	377	28
	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38	457	8
	Хлеб пшеничный формовой	50	3,80	0,40	24,60	117	573	2
	Хлеб ржаной	30	2,40	0,45	12,03	61,8	574	1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		550	22,65	20,33	64,34	529,93	
ЗАВТРАК 2	Коржик молочный	50	2,34	4,09	20,67	128,34	14	14
	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	40	459	8
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		250	2,64	4,19	30,17	168,34		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		800	25,29	24,52	94,51	698,27		111,51