

Утверждаю:

ИП Четин А.Н.

А.Н.Четин

Согласовано:

Директор МАОУ

«Ленинская СОШ»

с. Ленинск

Н.В.Останина

МЕНЮ

на 17 октября 2022г

#ИМЯ?	Выход, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.цен-ность, ккал
ОВЗ 1-4КЛ					
ЗАВТРАК					
Каша рисовая молочная	150/5	4,98	6,57	14,71	136,78
Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00
Хлеб пшеничный	25	1,97	0,20	13,30	64,70
Фрукт	150	6,07	5,55	44,47	258,75
ОБЕД					
Салат витаминный	60	0,73	0,05	14,46	56,32
Суп картофельный с бобовыми	200	4,98	6,57	14,71	136,78
Биточки из говядины, с соусом	70/30	10,56	11,66	10,62	191,98
Макаронные изделия отварные	150	6,98	4,34	36,00	211,00
Чай с сахаром	200	0,56	0,00	27,89	113,79
Хлеб пшеничный	50	3,94	0,40	26,60	129,40
Хлеб ржано-пшеничный	25	1,87	0,27	12,12	59,50
ИТОГО					
ОВЗ 5-9КЛ					
ЗАВТРАК					
Каша рисовая молочная	200/5	3,04	11,38	10,76	157,00
Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00
Хлеб пшеничный	25	1,97	0,20	13,30	64,70
Фрукт	150	3,94	0,40	26,60	129,40
ОБЕД					
Салат витаминный	100	1,22	0,08	24,10	93,87
Суп картофельный с бобовыми	250	6,22	8,21	18,39	170,98
Биточки из говядины, с соусом	70/50	10,67	12,39	11,67	203,20
Макаронные изделия отварные	180	8,73	5,43	45,00	263,80
Чай с сахаром	200	0,56	0,00	27,89	113,79
Хлеб пшеничный	50	3,94	0,40	26,60	129,40
Хлеб ржано-пшеничный	25	1,87	0,27	12,12	59,50
ИТОГО					

Зав.произв: Л.В.Корнеева

Диетсестра: Н.А.Ковыляева

Утверждаю:

ИП Четин А.Н.

А.Н.Четин

Согласовано:

Директор МАОУ
«Ленинская СОШ»
с. Ленинск

Н.В.Останина

МЕНЮ

на 18 октября 2022г

Наименование блюда	Выход, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
ОВЗ 1-4 кл					
ЗАВТРАК					
Каша пшеничная молочная	150/5	6,04	7,27	34,29	227,16
Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00
Хлеб пшеничный	25	1,97	0,20	13,30	64,70
Мучное изделие	60	6,07	5,55	44,47	258,75
ОБЕД					
Салат из моркови	60	0,76	6,09	5,00	77,56
Борщ из св.капусты с картофелем	205	1,67	5,06	8,51	86,26
Кнели из кур с рисом с соусом	70/30	33,65	41,00	37,14	675,93
Пюре картофельное	150	0,12	0,00	12,04	48,64
Чай с сахаром	200	3,94	0,40	26,60	129,40
Хлеб пшеничный	50	1,87	0,27	12,12	59,50
Хлеб ржано-пшеничный	25				
ИТОГО					
ОВЗ 5-9кл					
ЗАВТРАК					
Каша пшеничная молочная	200/5	2,30	0,50	20,16	106,60
Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00
Хлеб пшеничный	25	1,97	0,20	13,30	64,70
Мучное изделие	75	3,94	0,40	26,60	129,40
ОБЕД					
Салат из моркови	100	1,26	10,14	8,32	129,26
Борщ из св.капусты с картофелем	250/5	2,09	6,33	10,64	107,83
Кнели из кур с рисом с соусом	70/50	33,65	41,00	37,14	675,93
Пюре картофельное	180	0,12	0,00	12,04	48,64
Чай с сахаром	200	3,94	0,40	26,60	129,40
Хлеб пшеничный	50	1,87	0,27	12,12	59,50
Хлеб ржано-пшеничный	25				
ИТОГО					

Зав.произв: Л.В.Корнеева

Диетсестра: Н.А.Ковыляева



Утверждаю:
ИП Четин А.Н.
А.Н.Четин



Согласовано:
Директор МАОУ
«Ленинская СОШ»
с. Ленинск
Н.В.Останина

МЕНЮ на 19 октября 2022 г.

Наименование блюда	Выход, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность, ккал
ОВЗ 1-4 кл					
ЗАВТРАК					
Каша рисовая молочная	150/5	7,24	7,21	40,74	256,81
Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00
Хлеб пшеничный	25	1,97	0,20	13,30	64,70
Фрукт	150				
ОБЕД					
Салат из картофеля с зеле.горошком	60	0,68	6,08	6,92	85,16
Суп картофельный с крупой и рыбной ко	200	1,84	6,19	12,34	112,47
Котлета из мяса птицы с соусом	70/30	10,98	8,80	9,20	164,90
Каша пшенная	150	4,41	4,23	28,26	168,87
Компот из сухофруктов	200/5	0,07	0,01	15,31	61,62
Хлеб пшеничный	50	3,94	0,40	26,60	129,40
Хлеб ржано-пшеничный	25	1,87	0,27	12,12	59,50
ИТОГО					
ОВЗ 5-9 кл					
ЗАВТРАК					
Каша рисовая молочная	200/5	0,63	3,80	4,00	52,50
Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00
Хлеб пшеничный	25	1,97	0,20	13,30	64,70
Фрукт	150	3,94	0,40	26,60	129,40
ОБЕД					
Салат из картофеля с зеле.горошком	100	1,14	10,14	11,54	141,94
Суп картофельный с крупой и рыбной ко	250	2,31	7,74	15,43	140,59
Котлета из мяса птицы с соусом	70/50	10,17	8,53	9,02	158,97
Каша пшенная	180	3,52	5,30	35,33	211,09
Компот из сухофруктов	200	0,07	0,01	15,31	61,62
Хлеб пшеничный	50	3,94	0,40	26,60	129,40
Хлеб ржано-пшеничный	25	1,87	0,27	12,12	59,50
ИТОГО					

Зав.произв: Л.В.Корнеева

Диетсестра: Н.А.Ковыляева

Утверждаю:

ИП Четин А.Н.

А.Н.Четин

Согласовано:

Директор МАОУ

«Ленинская СОШ»

с. Ленинск

Н.В.Останина

МЕНЮ

на 20 октября 2022 г.

Наименование блюда	Выход, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
ОВЗ 1-4 кл					
ЗАВТРАК					
Каша манная молочная	150/5	2,12	7,98	7,53	101,00
Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00
Хлеб пшеничный	25	1,97	0,20	13,30	64,70
Мучное изделие	75				
ОБЕД					
Салат картофельный с соленым огурцом	60	0,50	3,04	3,20	42,01
Щи из свежей капусты	200/5	1,87	3,11	10,89	79,03
Плов из отварной птицы	180	13,21	7,08	3,27	135,25
Чай с сахаром	200	7,42	4,26	29,50	185,42
Хлеб пшеничный	50	0,07	0,01	15,31	61,62
Хлеб ржано-пшеничный	25	3,94	0,40	26,60	129,40
ИТОГО					
ОВЗ 5-9 кл					
ЗАВТРАК					
Каша манная молочная	200/5	3,33	12,54	11,80	159,10
Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00
Хлеб пшеничный	25	1,97	0,20	13,30	64,70
Мучное изделие	75	3,94	0,40	26,60	129,40
ОБЕД					
Салат картофельный с соленым огурцом	100	0,84	5,06	5,32	70,02
Щи из свежей капусты	250/5	2,34	3,89	13,61	98,79
Плов из отварной птицы	210	13,32	7,81	4,32	293,39
Чай с сахаром	200	9,27	5,33	36,87	231,77
Хлеб пшеничный	50	0,07	0,01	15,31	61,62
Хлеб ржано-пшеничный	25	3,94	0,40	26,60	129,40
ИТОГО					

Зав.произв:  Л.В.Корнеева

Диетсестра:  Н.А.Ковыльева

Утверждаю: ЧЕТИН
ИП Четин А.Н.
А.Н.Четин

Согласовано:
Директор МАОУ
«Ленинская СОШ»
с.Ленинск
Н.В.Останина

МЕНЮ

на 21 октября 2022 г.

Наименование блюда	Выход, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.цен-ность, ккал
ОВЗ 1-4 кл					
ЗАВТРАК					
Каша гречневая молочная	150/5	1,40	0,30	12,10	64,00
Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00
Хлеб пшеничный	25	1,97	0,20	13,30	64,70
Фрукт	150	6,07	5,55	44,47	258,75
ОБЕД					
Салат витаминный	60	3,06	7,59	7,04	108,85
Суп крестьянский с крупой	200/5	1,52	5,33	8,65	88,89
Тефтели рыбные, с соусом	70/30	37,00	29,90	92,30	793,70
Макаронные изделия отварные	150	0,68	0,00	21,01	46,37
Чай с сахаром	200	3,94	0,40	26,60	129,40
Хлеб пшеничный	50	1,87	0,27	12,12	59,50
Хлеб ржано-пшеничный	25	3,94	0,40	26,60	129,40
ИТОГО					
ОВЗ 5-9 кл					
ЗАВТРАК					
Каша гречневая молочная	200/5	2,30	0,50	20,16	106,60
Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00
Хлеб пшеничный	25	1,97	0,20	13,30	64,70
Фрукт	150	3,94	0,40	26,60	129,40
ОБЕД					
Салат витаминный	100	5,10	12,66	11,74	181,42
Суп крестьянский с крупой	255	1,90	6,66	10,81	111,11
Тефтели рыбные, с соусом	120	37,00	29,90	92,30	793,70
Макаронные изделия отварные	180	0,68	0,00	21,01	46,37
Чай с сахаром	200	3,94	0,40	26,60	129,40
Хлеб пшеничный	50	1,87	0,27	12,12	59,50
Хлеб ржано-пшеничный	25	3,94	0,40	26,60	129,40
ИТОГО					

Зав.произв: Л.В.Корнеева

Диетсестра: Н.А.Ковыляева