

Утверждаю:

ИП Четин А.Н.

А.Н.Четин

Согласовано:

Директор МАОУ

«Ленинская СОШ»

с. Ленинск

Н.В.Останина

МЕНЮ

на 3 октября 2022

Наименование блюда	Выход, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Эн цен-ность, ккал
МЛАДШИЕ КЛАССЫ					
ОБЕД					
Салат витаминный	60	3,06	7,59	7,04	108,85
Суп картофельный с бобовыми	200/5	1,52	5,33	8,65	88,89
Биточки из говядины, с соусом	70/30	6,62	16,04	1,57	179,72
Макаронные изделия отварные	150	2,80	4,43	17,59	118,45
Чай с сахаром	200	0,12	0,00	12,04	48,64
Хлеб пшеничный	50	3,94	0,40	26,60	129,40
Хлеб ржано-пшеничный	25	1,87	0,27	12,12	59,50
ИТОГО					
СТАРШИЕ КЛАССЫ					
ОБЕД					
Салат витаминный	100	5,10	12,66	11,74	181,42
Суп картофельный с бобовыми	250/5	1,90	6,66	10,81	111,11
Биточки из говядины, с соусом	70/50	6,62	16,04	1,57	179,72
Макаронные изделия отварные	180	3,44	5,65	22,55	150,55
Чай с сахаром	200	0,12	0,00	12,04	48,64
Хлеб пшеничный	50	3,94	0,40	26,60	129,40
Хлеб ржано-пшеничный	25	1,87	0,27	12,12	59,50
ИТОГО					
ДОПОЛНИТЕЛЬНО					

Зав.произв: _____ Л.В.Корнеева

Диетсестра: _____ Н.А.Ковыльева

Утверждаю:
ИП Четин А.Н.
А.Н.Четин

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

МЕНЮ на 3 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 3 октября 2022 г.

Наименование блюда	Выход, гр		Белки	Жиры	Углеводы	Эн.цен-ность, ккал
<i>интернат</i>						
ЗАВТРАК						
Каша рисовая молочная	150/40	20,00	0,00	0,00	11,28	45,12
Чай с сахаром	200	5,00	1,40	1,60	17,34	89,32
Хлеб пшеничный	25	2,00	1,87	0,27	12,12	59,50
		27,00				
УЖИН						
Котлета из говядины	70	26,00	10,67	10,56	11,67	203,20
Каша гречневая	120	12,00	8,73	5,43	45,00	263,80
Соус томатный	50	4,00	0,27	1,84	2,62	28,07
Чай с сахаром	200	5,00	1,40	1,60	17,34	89,32
Хлеб пшеничный	25	2,00	1,87	0,27	12,12	59,50
		49,00				

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.Осталина

МЕНЮ на 4 октября 2022

Наименование блюда	Выход, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Эн цен-ность, кккал
МЛАДШИЕ КЛАССЫ					
ОБЕД					
Салат из моркови	20	0,73	0,05	14,46	56,32
Борщ из св.капусты с картофелем	200	4,98	6,57	14,71	136,78
Кнели из кур с рисом с соусом	70/30	10,56	11,66	10,62	191,98
Пюре картофельное	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					
СТАРШИЕ КЛАССЫ					
ОБЕД					
Салат из моркови	20	1,22	0,08	24,10	93,87
Борщ из св.капусты с картофелем	250	6,22	8,21	18,39	170,98
Кнели из кур с рисом с соусом	70/50	10,67	12,39	11,67	203,20
Пюре картофельное	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					
ДОПОЛНИТЕЛЬНО					

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 4 октября 2022г

Наименование блюда	Выход, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.цен-ность, ккал
ОВЗ 1-4 кл					
ЗАВТРАК					
Каша пшенная 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 пшенная 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 4 октября 2022 г.

Наименование блюда	Выход, гр		Белки	Жиры	Углеводы	Энцен-ность, ккал
<i>интернат</i>						
ЗАВТРАК						
Каша пшенная молочная	200/5	20,00	9,08	10,63	48,79	327,15
Чай с сахаром	200	5,00	2,79	3,19	19,71	118,69
Хлеб пшеничный	25	2,00	3,94	0,40	26,60	129,40
		27,00				
УЖИН						
Шницель из мяса птицы	70	25,00	13,32	7,81	4,32	293,39
Пюре картофельное	120	12,00	6,04	7,27	34,29	227,16
Соус томатный	50	4,00	0,27	1,84	2,62	28,07
Чай с сахаром	200	5,00	1,40	1,60	17,34	89,32
Хлеб пшеничный	25	2,00	1,87	0,27	12,12	59,50
		48,00				

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 5 октября 2022

Наименование блюда	Выход, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.цен-ность, кккал
МЛАДШИЕ КЛАССЫ					
ОБЕД					
Салат из картофеля с зеле.горошком	20	0,76	6,09	5,00	77,56
Суп картофельный с крупой и рыбнс	200/5	1,67	5,06	8,51	86,26
Котлета из мяса птицы с соусом	70/30	33,65	41,00	37,14	675,93
Каша пшенная	150				
Компот из сухофруктов	200	0,12	0,00	12,04	48,64
Хлеб пшеничный	50	3,94	0,40	26,60	129,40
Хлеб ржано-пшеничный	25	1,87	0,27	12,12	59,50
ИТОГО					
СТАРШИЕ КЛАССЫ					
ОБЕД					
Салат из картофеля с зеле.горошком	20	1,26	10,14	8,32	129,26
Суп картофельный с крупой и рыбнс	250/5	2,09	6,33	10,64	107,83
Котлета из мяса птицы с соусом	70/50	33,65	41,00	37,14	675,93
Каша пшенная	180	0,12	0,00	12,04	48,64
Компот из сухофруктов	200	3,94	0,40	26,60	129,40
Хлеб пшеничный	50				
Хлеб ржано-пшеничный	25	1,87	0,27	12,12	59,50
ИТОГО					
ДОПОЛНИТЕЛЬНО					

Зав.произв: _____
Диетсестра: _____

Л.В.Корнеева
Н.А.Ковыляева

Утверждаю:
ИП Четин А.Н.
А.Н.Четин

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

МЕНЮ на 5 октября 2022 г.

Наименование блюда	Выход, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.цен-ность, 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	5,52	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.Осталина

МЕНЮ

на 5 октября 2022 г.

Наименование блюда	Выход, гр		Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность, ккал
<i>интернат</i>						
ЗАВТРАК						
Каша рисовая молочная	200/5	20,00	6,20	8,05	31,09	222,02
Чай с сахаром	200	5,00	0,56	0,00	27,89	113,79
Хлеб пшеничный	25	2,00	3,94	0,40	26,60	129,40
		27,00				
УЖИН						
Колбаса отварная	70	25,00	6,89	17,87	4,19	207,79
Каша пшеничная	120	12,00	9,27	5,33	36,87	231,77
Соус томатный	50	4,00	0,27	1,84	2,62	28,07
Чай с сахаром	200	5,00	1,40	1,60	17,34	89,32
Хлеб пшеничный	25	2,00	1,87	0,27	12,12	59,50
		48,00				

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 6 октября 2022

Наименование блюда	Выход, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.цен-ность, ккал
МЛАДШИЕ КЛАССЫ					
ОБЕД					
Салат картофельный с соленым огур	20	0,68	6,08	6,92	85,16
Щи из свежей капусты	200/5	1,84	6,19	12,34	112,47
Плов из отварной птицы	180	10,98	8,80	9,20	164,90
Чай с сахаром	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					
СТАРШИЕ КЛАССЫ					
ОБЕД					
Салат картофельный с соленым огур	20	1,14	10,14	11,54	141,94
Щи из свежей капусты	250/5	2,31	7,74	15,43	140,59
Плов из отварной птицы	210	10,17	8,53	9,02	158,97
Чай с сахаром	200	5,52	5,30	35,33	211,09
Хлеб пшеничный	50	3,94	0,40	26,60	129,40
Хлеб ржано-пшеничный	25	1,87	0,27	12,12	59,50
ИТОГО					
ДОПОЛНИТЕЛЬНО					

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 6 октября 2022 г.

Наименование блюда	Выход, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.цен-ность, 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.Ковыляева

Утверждаю:
ИП Четин А.Н.
_____ А.Н.Четин

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

МЕНЮ на 6 октября 2022г

Наименование блюда	Выход, гр		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
<i>интернат</i>						
ЗАВТРАК						
Каша "Дружба"	250/5	20,00	8,19	10,40	44,90	301,40
Чай с сахаром	200	5,00	3,77	3,93	25,95	153,93
Хлеб пшеничный	25	2,00	3,94	0,40	26,60	129,40
		27,00				
УЖИН						
Биточек из говядины	70	26,00	10,67	10,56	11,67	203,20
Макароны отварные	120	16,00	3,20	6,06	23,30	160,45
Соус томатный	50	4,00	0,27	1,84	2,62	28,07
Чай с сахаром	200	5,00	1,40	1,60	17,34	89,32
Хлеб пшеничный	25	2,00	1,87	0,27	12,12	59,50
		53,00				

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

на 7 октября 2022

Наименование блюда	Выход, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.цен-ность, ккал
МЛАДШИЕ КЛАССЫ					
ОБЕД					
Салат витаминный	20	0,50	3,04	3,20	42,01
Суп крестьянский с крупой	200/5	1,87	3,11	10,89	79,03
Тефтели рыбные,с соусом	70/30	13,21	7,08	3,27	135,25
Макаронные изделия отварные	150	7,42	4,26	29,50	185,42
Чай с сахаром	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					
СТАРШИЕ КЛАССЫ					
ОБЕД					
Салат витаминный	20	0,84	5,06	5,32	70,02
Суп крестьянский с крупой	250	2,34	3,89	13,61	98,79
Тефтели рыбные,с соусом	70/50	13,32	7,81	4,32	293,39
Макаронные изделия отварные	180	9,27	5,33	36,87	231,77
Чай с сахаром	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					
ДОПОЛНИТЕЛЬНО					

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 7 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



Утверждаю:
ИП Четин А.Н.
А.Н.Четин



Согласовано:
Директор MAOU
«Ленинская СОШ»
с. Ленинск
Н.В.Осталина

МЕНЮ на 7 октября 2022г

Наименование блюда	Выход, гр		Белки	Жиры	Углеводы	Эн цен-ность, ккал
<i>интернат</i>						
ЗАВТРАК						
Каша гречневая молочная	200/5	20,00	7,23	6,67	39,54	246,87
Чай с сахаром	200	5,00	1,40	1,60	17,35	89,32
Хлеб пшеничный	25	2,00	3,94	0,40	26,60	129,40
		27,00				
УЖИН						
Котлета из мяса птицы	70	25,00	13,05	5,98	1,70	118,40
Рис отварной	120	12,00	2,80	4,43	17,59	118,45
Чай с сахаром	200	5,00	1,40	1,60	17,34	89,32
Хлеб пшеничный	25	2,00	1,87	0,27	12,12	59,50
		44,00				

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 10 октября 2022

Наименование блюда	Выход, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.цен-ность, ккал
МЛАДШИЕ КЛАССЫ					
ОБЕД					
Винегрет овощной	20	3,06	7,59	7,04	108,85
Суп картофельный с бобовыми	200	1,52	5,33	8,65	88,89
Котлета из мяса птицы с соусом	70/30	9,50	15,30	11,40	221,00
Каша пшеничная	150	4,41	4,24	28,26	168,88
Чай с сахаром	200	0,68	0,00	21,01	46,37
Хлеб пшеничный	50	3,94	0,40	26,60	129,40
Хлеб ржано-пшеничный	25	1,87	0,27	12,12	59,50
ИТОГО					
СТАРШИЕ КЛАССЫ					
ОБЕД					
Винегрет овощной	20	5,10	12,66	11,74	181,42
Суп картофельный с бобовыми	250	1,90	6,66	10,81	111,11
Котлета из мяса птицы с соусом	70/50	10,99	27,06	11,33	235,36
Каша пшеничная	180	5,52	5,30	35,33	211,10
Чай с сахаром	200	0,68	0,00	21,01	46,37
Хлеб пшеничный	50	3,94	0,40	26,60	129,40
Хлеб ржано-пшеничный	25	1,87	0,27	12,12	59,50
ИТОГО					
ДОПОЛНИТЕЛЬНО					

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 10 октября 2022г

Наименование блюда	Выход, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
ОБЗ 1-4 кл					
ЗАВТРАК					
Каша "Дружба"	150/5	8,19	10,40	44,90	301,40
Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00
Хлеб пшеничный	25	1,97	0,20	13,30	64,70
Мучное изделия	60	1,87	0,27	12,12	59,50
ОБЕД					
Винегрет овощной	60	0,68	6,08	6,92	85,16
Суп картофельный с бобовыми	200	4,02	9,04	25,90	139,68
Котлета из мяса птицы с соусом	70/30	6,78	17,14	3,14	196,57
Каша пшеничная	150	6,98	4,34	36,00	211,00
Чай с сахаром	200	1,36	0,00	29,02	116,19
Хлеб пшеничный	50	3,94	0,40	26,60	129,40
Хлеб ржано-пшеничный	25	1,87	0,27	12,12	59,50
ИТОГО					
ЗАВТРАК					
Каша "Дружба"	200/5	1,26	10,14	8,32	129,26
Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00
Хлеб пшеничный	25	1,97	0,20	13,30	64,70
Мучное изделия	75	3,94	0,40	26,60	129,40
ОБЕД					
Винегрет овощной	100	1,14	10,14	11,54	141,94
Суп картофельный с бобовыми	250	5,03	11,30	32,38	149,60
Котлета из мяса птицы с соусом	70/50	6,89	17,87	4,19	207,79
Каша пшеничная	180	8,73	5,43	45,00	263,80
Чай с сахаром	200	1,36	0,00	29,02	116,19
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 11 октября 2022

Наименование блюда	Выход, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.цен-ность, ккал
МЛАДШИЕ КЛАССЫ					
ОБЕД					
Икра кабачковая	20	0,68	6,08	6,92	85,16
Борщ из св.капусты с картофелем	200/5	4,02	9,04	25,90	119,68
Тефтели из говядины с рисом	70/30	6,78	17,14	3,14	196,57
Макаронные изделия отварные	150	6,98	4,34	36,00	211,00
Чай с сахаром	200	1,36	0,00	29,02	116,19
Хлеб пшеничный	50	3,94	0,40	26,60	129,40
Хлеб ржано-пшеничный	25	1,87	0,27	12,12	59,50
ИТОГО					
СТАРШИЕ КЛАССЫ					
ОБЕД					
Икра кабачковая	20	1,14	10,14	11,54	141,94
Борщ из св.капусты с картофелем	250/5	5,03	11,30	32,38	149,60
Тефтели из говядины с рисом	70/50	6,89	17,87	4,19	207,79
Макаронные изделия отварные	180	8,73	5,43	45,00	263,80
Чай с сахаром	200	1,36	0,00	29,02	116,19
Хлеб пшеничный	50	3,94	0,40	26,60	129,40
Хлеб ржано-пшеничный	25	1,87	0,27	12,12	59,50
ИТОГО					
ДОПОЛНИТЕЛЬНО					

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 11 октября 2022г

Наименование блюда	Выход, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
ОВЗ 1-4 кл					
ЗАВТРАК					
Каша ячневая молочная	150/5	7,23	6,67	39,54	246,87
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	7,79	4,16	17,98	142,11
ОБЕД					
Икра кабачковая	20	0,96	3,15	7,60	61,73
Борщ из св.капусты с картофелем	200/5	2,31	4,00	10,42	86,92
Тефтели из говядины с рисом	70/30	13,05	5,98	1,70	118,40
Макаронные изделия отварные	150	3,10	4,00	32,22	180,14
Чай с сахаром	200	1,40	1,60	17,34	89,32
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 ячневая молочная	200/5	0,84	5,06	5,32	70,02
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					
Икра кабачковая	20	3,04	11,38	10,76	157,00
Борщ из св.капусты с картофелем	250/5	2,89	5,00	13,03	108,65
Тефтели из говядины с рисом	70/50	13,05	5,98	1,70	118,40
Макаронные изделия отварные	180	3,88	5,08	40,27	225,18
Чай с сахаром	200	1,40	1,60	17,34	89,32
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 MAOU
«Ленинская СОШ»
с. Ленинск
Н.В.Останина

МЕНЮ на 12 октября 2022г

Наименование блюда	Выход, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. цен-ность, ккал
ОВЗ 1-4 кл					
ЗАВТРАК					
Каша геркулесовая	150/5	1,12	7,50	5,12	85,00
Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00
Хлеб пшеничный	50	1,97	0,20	13,30	64,70
Мучное изделие	60	1,87	0,27	12,12	59,50
ОБЕД					
Салат из свеклы с раст. маслом	60	0,76	6,09	5,00	77,56
Рассольник "Ленинградский"	200/5	1,54	4,69	10,07	92,19
Биточки из мяса птицы с соусом	70/30	12,40	6,88	6,00	137,39
Рис отварной	150	2,55	4,85	18,64	128,56
Кисель из концентрата	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 5-9 кл					
ЗАВТРАК					
Каша геркулесовая	200/5	2,05	12,70	8,70	144,10
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 из свеклы с раст. маслом	100	1,26	10,14	8,32	129,26
Рассольник "Ленинградский"	250/5	1,93	5,86	12,59	115,24
Биточки из мяса птицы с соусом	70/50	12,40	6,88	6,00	137,39
Рис отварной	180	3,20	6,06	23,30	160,45
Кисель из концентрата	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 13 октября 2022

Наименование блюда	Выход, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.цен-ность, ккал
МЛАДШИЕ КЛАССЫ					
ОБЕД					
Огурец св	20	0,76	6,09	5,00	77,56
Суп из овощей	200/5	1,54	4,69	10,07	92,19
Рыба, припущенная в молоке	50/40	12,40	6,88	6,00	137,39
Пюре картофельное	150	2,55	4,85	18,64	128,36
Какао с молоком	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					
СТАРШИЕ КЛАССЫ					
ОБЕД					
Огурец св	20	1,26	10,14	8,32	129,26
Суп из овощей	250/5	1,93	5,86	12,59	115,24
Рыба, припущенная в молоке	50/50	12,40	6,88	6,00	137,39
Пюре картофельное	180	3,20	6,06	23,30	160,45
Какао с молоком	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					
ДОПОЛНИТЕЛЬНО					

Зав.произв: Л.В.Корнеева

Диетсестра: Н.А.Ковыляева



МЕНЮ на 13 октября 2022 г.

Наименование блюда	Выход, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.цен-ность, ккал
ОВЗ 1-4 кл					
ЗАВТРАК					
Каша "Дружба"	150/5	6,55	8,33	35,09	241,11
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	1,87	0,27	12,12	59,50
ИТОГО					
ОБЕД					
Огурец св	20	0,50	3,04	3,20	42,01
Суп из овощей	205	1,87	3,11	10,89	79,03
Рыба, припущенная в молоке	70/30	10,56	10,56	10,62	191,98
Пюре картофельное	150	4,41	4,23	28,26	168,87
Какао с молоком	200	0,12	0,00	12,04	48,64
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 "Дружба"	200/5	6,55	8,33	35,09	241,11
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	1,97	0,20	13,30	64,70
ИТОГО					
ОБЕД					
Огурец св	20	0,84	5,06	5,32	70,02
Суп из овощей	255	2,34	3,89	13,61	98,79
Рыба, припущенная в молоке	70/50	10,67	10,56	11,67	203,20
Пюре картофельное	180	5,52	5,30	35,33	211,09
Какао с молоком	200	0,12	0,00	12,04	48,64
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 14 октября 2022

Наименование блюда	Выход, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.цен-ность, ккал
МЛАДШИЕ КЛАССЫ					
ОБЕД					
Салат картофельный с зел горошком	20	0,50	3,04	3,20	42,01
Суп с макаронными изделиями	200	1,87	3,11	10,89	79,03
Биточки из мяса птицы, с соусом	70/30	10,56	10,56	10,62	191,98
Каша ячневая	150	4,41	4,23	28,26	168,87
Компот из сухофруктов	200	0,12	0,00	12,04	48,64
Хлеб пшеничный	50	3,94	0,40	26,60	129,40
Хлеб ржано-пшеничный	25	1,87	0,27	12,12	59,50
ИТОГО					
СТАРШИЕ КЛАССЫ					
ОБЕД					
Салат картофельный с зел горошком	20	0,84	5,06	5,32	70,02
Суп с макаронными изделиями	250	2,34	3,89	13,61	98,79
Биточки из мяса птицы, с соусом	70/50	10,67	10,56	11,67	203,20
Каша ячневая	180	5,52	5,30	35,33	211,09
Компот из сухофруктов	200	0,12	0,00	12,04	48,64
Хлеб пшеничный	50	3,94	0,40	26,60	129,40
Хлеб ржано-пшеничный	25	1,87	0,27	12,12	59,50
ИТОГО					
ДОПОЛНИТЕЛЬНО					

Зав.произв: Л.В.Корнеева

Диетсестра: Н.А.Ковыляева



Утверждаю:
ИП Четин А.Н.
А.Н.Четин



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

МЕНЮ на 14 октября 2022 г.

Наименование блюда	Выход, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.цен-ность, ккал
ОВЗ 1-4 КЛАССЫ					
ЗАВТРАК					
Каша овсяная из "Геркулеса"	200/5	6,33	8,90	25,49	207,38
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	11,80	4,41	69,70	365,12
ОБЕД					
Салат картофельный с зел горошком	60	3,06	7,59	7,04	108,85
Суп с макаронами изделиями	200	1,52	5,33	8,65	88,89
Биточки из мяса птицы, с соусом	70/30	6,62	16,04	1,57	179,72
Каша ячневая	150	2,80	4,43	17,59	118,45
Компот из сухофруктов	200	0,12	0,00	12,04	48,64
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 овсяная из "Геркулеса"	200/5	1,14	10,14	11,54	141,94
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 зел горошком	100	5,10	12,66	11,74	181,42
Суп с макаронами изделиями	250	1,90	6,66	10,81	111,11
Биточки из мяса птицы, с соусом	70/50	6,62	16,04	1,57	179,72
Каша ячневая	180	3,44	5,65	22,55	150,55
Компот из сухофруктов	200	0,12	0,00	12,04	48,64
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