

Утверждаю:
ИП Четин А.Н.
А.Н.Четин

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

МЕНЮ на 7 ноября 2022г

Наименование блюда	Выход, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.цен-ность, ккал
ОВЗ 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	119,68
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 Н.А.Ковыляева

Утверждаю:

ИП Четин А.Н.
А.Н.Четин

Согласовано:

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

МЕНЮ

на 8 ноября 2022г

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

Утверждаю:
ИП Четин А.Н.
А.Н.Четин

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

МЕНЮ
на 9 ноября 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	128,36
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.Ковылева

Утверждаю:

ИП Четин А.Н.

А.Н.Четин

Согласовано:

Директор МАОУ

«Ленинская СОШ»

с.Ленинск

Н.В.Останина

МЕНЮ на 10 ноября 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.Ковылева

Утверждаю:

ИП Четин А.Н.

А.Н.Четин

Согласовано:

Директор МАОУ

«Ленинская СОШ»

с. Ленинск

Н.В.Останина

МЕНЮ

на 11 ноября 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 макаронными 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 макаронными 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

