



Утверждаю:
ИП Четин А.Н.
А.Н.Четин



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

МЕНЮ на 13 декабря 2021 г.

Наименование блюда	Выход, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.цен-ность, кккал
ОВЗ 1-4 кл					
ЗАВТРАК					
Салат из отварных овощей	65	0,98	6,63	5,20	85,00
Запеканка из творога со сг. Молоком	150/40	29,22	12,11	29,10	342,23
Кисель из концентрата	200	1,36	0,00	29,02	116,19
Хлеб пшеничный	25	1,97	0,20	13,30	64,70
Хлеб ржано-пшеничный	25	1,87	0,27	12,12	59,50
ОБЕД					
Салат из отварных овощей	60	0,50	3,04	3,20	42,01
Суп картофельный с бобовыми	200	1,87	3,11	10,89	79,03
Биточки из говядины, с соусом	70/30	10,56	10,56	10,62	191,98
Макаронные изделия отварные	120	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					
ОВЗ 5-9кл					
ЗАВТРАК					
Салат из отварных овощей	100	0,98	6,63	5,20	85,00
Запеканка из творога со сг. молоком	150/40	29,22	12,11	29,10	342,23
Кисель из концентрата	200	1,36	0,00	29,02	116,19
Хлеб пшеничный	50	1,97	0,20	13,30	64,70
Хлеб ржано-пшеничный	25	1,87	0,27	12,12	59,50
ОБЕД					
Салат из свежих овощей	100	0,84	5,06	5,32	70,02
Суп картофельный с бобовыми	250	2,34	3,89	13,61	98,79
Биточки из говядины, с соусом	70/50	10,67	10,56	11,67	203,20
Макаронные изделия отварные	150	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					

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 14 декабря 2021

Наименование блюда	Выход, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
ОВЗ 1-4 КЛАССЫ					
ЗАВТРАК					
Салат из свежих овощей	60	0,68	6,08	6,92	85,16
Каша овсяная из "Геркулеса"	200/5	6,33	8,90	25,49	207,38
Какао с молоком	200	3,77	3,93	25,95	153,92
Хлеб пшеничный	50	3,94	0,40	26,60	129,40
Хлеб ржано-пшеничный	25	1,87	0,27	12,12	59,50
Мучное изделие	75	11,80	4,41	69,70	365,12
ОБЕД					
Сельдь с гарниром	60	3,06	7,59	7,04	108,85
Борщ из свежей капусты с картофелем	200/5	1,52	5,33	8,65	88,89
Сосиска отварная	70	6,62	16,04	1,57	179,72
Капуста тушеная	120	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					
ОВЗ 5-9КЛ					
ЗАВТРАК					
Салат из свежих овощей	100	1,14	10,14	11,54	141,94
Каша овсяная из "Геркулеса"	200/5	6,33	8,90	25,49	207,38
Какао с молоком	200	3,77	3,93	25,95	153,92
Хлеб пшеничный	50	3,94	0,40	26,60	129,40
Хлеб ржано-пшеничный	25	1,87	0,27	12,12	59,50
Мучное изделие	75	11,80	4,41	69,70	365,12
ОБЕД					
Сельдь с гарниром	100	5,10	12,66	11,74	181,42
Борщ из свежей капусты с картофелем	250/5	1,90	6,66	10,81	111,11
Сосиска отварная	70	6,62	16,04	1,57	179,72
Капуста тушеная	150	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					

Зав.произв: _____ Л.В.Корнеева

Диетсестра: _____ Н.А.Ковыляева



МЕНЮ на 15 декабря 2021г

#ИМЯ?	Выход, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность, ккал
ОВЗ 1-4КЛ					
ЗАВТРАК					
Салат из св.капусты с морковью	60	0,73	0,05	14,46	56,32
Каша ячневая молочная	200/5	4,98	6,57	14,71	136,78
Кофейный напиток с молоком	200	10,56	11,66	10,62	191,98
Хлеб пшеничный	50	3,94	0,40	26,60	129,40
Хлеб ржано-пшеничный	25	1,87	0,27	12,12	59,50
Мучное изделие	50	6,07	5,55	44,47	258,75
ОБЕД					
Огурец свежий	20	0,73	0,05	14,46	56,32
Суп картофельный с крупой и рыбной котлетой	200	4,98	6,57	14,71	136,78
Котлеты из говядины с соусом	70/30	10,56	11,66	10,62	191,98
Каша гречневая	120	6,98	4,34	36,00	211,00
Компот из сухофруктов	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					
Салат из свежих овощей	100	3,04	11,38	10,76	157,00
Каша ячневая молочная	200/5	7,23	6,67	39,54	246,87
Кофейный напиток с молоком	200	1,40	1,60	17,35	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
Мучное изделие	50	7,87	2,94	46,47	243,42
ОБЕД					
Огурец свежий	20	1,22	0,08	24,10	93,87
Суп картофельный с крупой и рыбной котлетой	250	6,22	8,21	18,39	170,98
Котлеты из говядины с соусом	70/50	10,67	12,39	11,67	203,20
Каша гречневая	150	8,73	5,43	45,00	263,80
Компот из сухофруктов	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
НИКОЛАЕВИЧ



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



МЕНЮ на 16 декабря 2021г

Наименование блюда	Выход, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.цен-ность, ккал
ОВЗ 1-4 кл					
ЗАВТРАК					
Салат Фруктовый	80	1,90	0,40	16,14	85,40
Каша пшеничная молочная	200/5	6,04	7,27	34,29	227,16
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
Мучное изделие	50	6,07	5,55	44,47	258,75
ОБЕД					
Винегрет	20	0,76	6,09	5,00	77,56
Щи из свежей капусты с картофелем	200/5	1,67	5,06	8,51	86,26
Плов из отварной птицы	180	33,65	41,00	37,14	675,93
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					
ОВЗ 5-9кл					
ЗАВТРАК					
Салат Фруктовый	100	2,30	0,50	20,16	106,60
Каша пшеничная молочная	200/5	6,04	7,27	34,29	227,16
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
Мучное изделие	50	6,07	5,55	44,47	258,75
ОБЕД					
Винегрет	20	1,26	10,14	8,32	129,26
Щи из свежей капусты с картофелем	250/5	2,09	6,33	10,64	107,83
Плов из отварной птицы	210	33,65	41,00	37,14	675,93
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					

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 17 декабря 2021 г.

Наименование блюда	Выход, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. цен-ность, ккал
ОВЗ 1-4 кл					
ЗАВТРАК					
Салат из свежих овощей	80	7,24	7,21	40,74	256,81
Зпеканка из творога со сгущенным молоком	150/40	0,00	0,00	11,28	45,12
Компот из изюма	200	1,97	0,20	13,30	64,70
Хлеб пшеничный	25	3,94	0,40	26,60	129,40
Хлеб ржано-пшеничный	25	1,87	0,27	12,12	59,50
ОБЕД					
Огурец соленый	20	0,68	6,08	6,92	85,16
Суп крестьянский с крупой	200/5	1,84	6,19	12,34	112,47
Тефтели рыбные с молочным соусом	70/30	10,98	8,80	9,20	164,90
Макаронные изделия отварные	120	4,41	4,23	28,26	168,87
Чай с лимоном	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					
Салат из свежих овощей	110	0,63	3,80	4,00	52,50
Зпеканка из творога со сгущенным молоком	150/40	29,22	12,11	29,10	342,23
Компот из изюма	200	0,33	0,00	22,66	91,98
Хлеб пшеничный	50	3,94	0,40	26,60	129,40
Хлеб ржано-пшеничный	25	1,87	0,27	12,12	59,50
ОБЕД					
Огурец соленый	20	1,14	10,14	11,54	141,94
Суп крестьянский с крупой	250/5	2,31	7,74	15,43	140,59
Тефтели рыбные с молочным соусом	70/50	10,17	8,53	9,02	158,97
Макаронные изделия отварные	150	5,52	5,30	35,33	211,09
Чай с лимоном	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					

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 20 декабря 2021

Наименование блюда	Выход, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность, ккал
ОВЗ 1-4 кл					
ЗАВТРАК					
Салат из отварных овощей	70	2,12	7,98	7,53	101,00
Запеканка рисовая с творогом	150/50	9,08	10,63	48,79	327,15
Кофейный напиток с молоком	200	2,79	3,19	19,71	118,69
Хлеб пшеничный	25	3,94	0,40	26,60	129,40
Хлеб ржано-пшеничный	25	1,87	0,27	12,12	59,50
ОБЕД					
Зеленый горошек конс	20	0,50	3,04	3,20	42,01
Суп картофельный с макаронными изд.	200	1,87	3,11	10,89	79,03
Котлета из мяса птицы с соусом	70/50	13,21	7,08	3,27	135,25
Каша пшеничная	120	7,42	4,26	29,50	185,42
Чай с лимоном	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					
Салат из отварных овощей	110	3,33	12,54	11,80	159,10
Запеканка рисовая с творогом	150/50	9,08	10,63	48,79	327,15
Кофейный напиток с молоком	200	2,79	3,19	19,71	118,69
Хлеб пшеничный	25	3,94	0,40	26,60	129,40
Хлеб ржано-пшеничный	25	1,87	0,27	12,12	59,50
ОБЕД					
Зеленый горошек конс	20	0,84	5,06	5,32	70,02
Суп картофельный с макаронными изд.	250	2,34	3,89	13,61	98,79
Котлета из мяса птицы с соусом	70/50	13,32	7,81	4,32	293,39
Каша пшеничная	150	9,27	5,33	36,87	231,77
Чай с лимоном	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					

Зав.произв: _____ Л.В.Корнеева

Диетсестра: _____ Н.А.Ковылева

