



Утверждаю:
ИП Четин А.Н.
А.Н.Четин



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

МЕНЮ

на 20 декабря 2021

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



МЕНЮ на 21 декабря 2021 г.

Наименование блюда	Выход, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. цен-ность, ккал
ОВЗ 1-4 кл					
ЗАВТРАК					
Салат фруктовый	60	1,40	0,30	12,10	64,00
Каша манная молочная	200/5	6,20	8,05	31,09	222,02
Компот из сухофруктов	200	0,56	0,00	27,89	113,79
Хлеб пшеничный	25	3,94	0,40	26,60	129,40
Хлеб ржано-пшеничный	25	1,87	0,27	12,12	59,50
Мучные изделия	50	6,07	5,55	44,47	258,75
ОБЕД					
Икра кабачковая	20	3,06	7,59	7,04	108,85
Борщ из свежей капусты с картофелем	200/5	1,52	5,33	8,65	88,89
Тефтели из говядины с рисом	70/30	9,50	15,30	11,40	221,00
Макароны отварные	120	4,41	4,24	28,26	168,88
Напиток из шиповника	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					
ОВЗ 5-9 кл					
ЗАВТРАК					
Салат фруктовый	100	2,30	0,50	20,16	106,60
Каша манная молочная	200/5	6,20	8,05	31,09	222,02
Компот из сухофруктов	200	0,56	0,00	27,89	113,79
Хлеб пшеничный	25	3,94	0,40	26,60	129,40
Хлеб ржано-пшеничный	25	1,87	0,27	12,12	59,50
Мучные изделия	50	6,07	5,55	44,47	258,75
ОБЕД					
Икра кабачковая	20	5,10	12,66	11,74	181,42
Борщ из свежей капусты с картофелем	250/5	1,90	6,66	10,81	111,11
Тефтели из говядины с рисом	70/50	10,99	27,06	11,33	235,36
Макароны отварные	150	5,52	5,30	35,33	211,10
Напиток из шиповника	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					

Зав.произв: _____ Л.В.Корнеева

Диетсестра: _____ Н.А.Ковыляева



МЕНЮ
на 22 декабря 2021г

Наименование блюда	Выход, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.цен-ность, ккал
ОВЗ 1-4 кл					
ЗАВТРАК					
Салат из отварных овощей	60	0,76	6,09	5,00	77,56
Каша "Дружба"	250/5	8,19	10,40	44,90	301,40
какао с молоком	200	3,77	3,93	25,95	153,93
Хлеб пшеничный	25	3,94	0,40	26,60	129,40
Хлеб ржано-пшеничный	25	1,87	0,27	12,12	59,50
Сыр	30	6,96	8,85	0,00	109,20
ОБЕД					
Салат из свеклы	20	0,68	6,08	6,92	85,16
Рассольник "Ленинградский"	200/5	4,02	9,04	25,90	119,68
Сарделька отварная с соусом	70/30	6,78	17,14	3,14	196,57
Каша гречневая	120	6,98	4,34	36,00	211,00
Кисель из концентрата	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					
Салат из отварных овощей	100	1,26	10,14	8,32	129,26
Каша "Дружба"	250/5	8,19	10,40	44,90	301,40
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
Сыр	30	6,96	8,85	0,00	109,20
ОБЕД					
Салат из свеклы	20	1,14	10,14	11,54	141,94
Рассольник "Ленинградский"	250/5	5,03	11,30	32,38	149,60
Сарделька отварная с соусом	70/50	6,89	17,87	4,19	207,79
Каша гречневая	150	8,73	5,43	45,00	263,80
Кисель из концентрата	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



МЕНЮ на 23 декабря 2021г

Наименование блюда	Выход, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Эн цен-ность, ккал
ОВЗ 1-4 кл					
ЗАВТРАК					
Салат из свежих овощей	60	0,50	3,04	3,20	42,01
Каша ячневая морлочная	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
Бутерброд с котлетой из говядины	25/50	7,79	4,16	17,98	142,11
ОБЕД					
Огурец соленый	20	0,96	3,15	7,60	61,73
Суп-пюре из разных овощей	200	2,31	4,00	10,42	86,92
Биточки из мяса птицы	70/30	13,05	5,98	1,70	118,40
Рис отварной	120	3,10	4,00	32,22	180,14
Чай с молоком	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					
Салат из свежих овощей	100	0,84	5,06	5,32	70,02
Каша ячневая морлочная	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
Бутерброд с котлетой из говядины	25/50	7,79	4,16	17,98	142,11
ОБЕД					
Огурец соленый	20	3,04	11,38	10,76	157,00
Суп-пюре из разных овощей	250	2,89	5,00	13,03	108,65
Биточки из мяса птицы	70/50	13,05	5,98	1,70	118,40
Рис отварной	150	3,88	5,08	40,27	225,18
Чай с молоком	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 МАОУ
«Ленинская СОШ»
с.Ленинск
Н.В.Останина

МЕНЮ на 24 декабря 2021г

Наименование блюда	Выход, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.цен-ность, ккал
МЛАДШИЕ КЛАССЫ					
ОБЕД					
Капуста тушеная	20	0,76	6,09	5,00	77,56
Суп из овощей	200/5	1,54	4,69	10,07	92,19
Рыба, тушеная в томате с овощами	50/40	12,40	6,88	6,00	137,39
Пюре картофельное	120	2,55	4,85	18,64	128,36
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					
СТАРШИЕ КЛАССЫ					
ОБЕД					
Капуста тушеная	20	1,26	10,14	8,32	129,26
Суп из овощей	250/5	1,93	5,86	12,59	115,24
Рыба, тушеная в томате с овощами	50/50	12,40	6,88	6,00	137,39
Пюре картофельное	150	3,20	6,06	23,30	160,45
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					
ДОПОЛНИТЕЛЬНО					

Зав.произв: _____ Л.В.Корнеева

Диетсестра: _____ Н.А.Ковыляева



МЕНЮ
на **24 декабря 2021г**

Наименование блюда	Выход, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.цен-ность, ккал
ОВЗ 1-4 кл					
ЗАВТРАК					
Салат из отварных овощей	65	1,12	7,50	5,12	85,00
Запеканка пшеничная с творогом	150/50	14,57	11,19	46,96	346,83
Кисель из концентрата	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
ОБЕД					
Капуста тушеная	20	0,76	6,09	5,00	77,56
Суп из овощей	200/5	1,54	4,69	10,07	92,19
Рыба, тушеная в томате с овощами	50/50	12,40	6,88	6,00	137,39
Пюре картофельное	120	2,55	4,85	18,64	128,36
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 5-9 кл					
ЗАВТРАК					
Салат из отварных овощей	110	2,05	12,70	8,70	144,10
Запеканка пшеничная с творогом	150/50	14,57	11,19	46,96	346,83
Кисель из концентрата	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
ОБЕД					
Капуста тушеная	20	1,26	10,14	8,32	129,26
Суп из овощей	250/5	1,93	5,86	12,59	115,24
Рыба, тушеная в томате с овощами	50/50	12,40	6,88	6,00	137,39
Пюре картофельное	150	3,20	6,06	23,30	160,45
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




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



МЕНЮ
на 27 декабря 2021 г.

Наименование блюда	Выход, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.цен-ность, ккал
МЛАДШИЕ КЛАССЫ					
ОБЕД					
Кукуруза консерв	20	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					
СТАРШИЕ КЛАССЫ					
ОБЕД					
Кукуруза консерв	20	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					
ДОПОЛНИТЕЛЬНО					

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 27 декабря 2021 г.

Наименование блюда	Выход, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Эн цен-ность, ккал
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 МАОУ
«Ленинская СОШ»
с.Ленинск
Н.В.Останина



МЕНЮ
на 28 декабря 2021

Наименование блюда	Выход, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.цен-ность, ккал
<i>МЛАДШИЕ КЛАССЫ</i>					
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					
<i>СТАРШИЕ КЛАССЫ</i>					
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					
<i>ДОПОЛНИТЕЛЬНО</i>					

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 28 декабря 2021

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