





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



Согласовано:  
Директор MAOU  
«Ленинская СОШ»  
с. Ленинск  
Т.П.Рыбьякова

## МЕНЮ на 21 декабря 2022г

Наименование блюда	Выход, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. цен-ность, ккал
<b>ОВЗ 1-4 кл</b>					
<b>ЗАВТРАК</b>					
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
<b>ОБЕД</b>					
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
<b>ИТОГО</b>					
<b>ОВЗ 5-9 кл</b>					
<b>ЗАВТРАК</b>					
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
<b>ОБЕД</b>					
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
<b>ИТОГО</b>					

Зав.произв:  Л.В.Корнеева

Диетсестра:  Н.А.Ковылева







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



Согласовано:  
Директор МАОУ  
«Ленинская СОШ»  
с. Ленинск  
Т.П.Рыбьякова

## МЕНЮ на 22 декабря 2022 г.

Наименование блюда	Выход, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. цен-ность, ккал
<b>ОВЗ 1-4 кл</b>					
<b>ЗАВТРАК</b>					
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
<b>ИТОГО</b>					
<b>ОБЕД</b>					
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
<b>ИТОГО</b>					
<b>ОВЗ 5-9кл</b>					
<b>ЗАВТРАК</b>					
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
<b>ИТОГО</b>					
<b>ОБЕД</b>					
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
<b>ИТОГО</b>					

Зав.произв: Л.В.Корнеева

Диетсестра: Н.А.Ковыляева







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

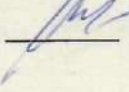


Согласовано:  
Директор МАОУ  
«Ленинская СОШ»  
с. Ленинск  
Т.П.Рыбьякова

## МЕНЮ на 23 декабря 2022 г.

Наименование блюда	Выход, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.цен-ность, ккал
<b>ОВЗ 1-4 КЛАССЫ</b>					
<b>ЗАВТРАК</b>					
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
<b>ОБЕД</b>					
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
<b>ИТОГО</b>					
<b>ОВЗ 5-9КЛ</b>					
<b>ЗАВТРАК</b>					
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
<b>ОБЕД</b>					
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
<b>ИТОГО</b>					

Зав.произв:  Л.В.Корнеева

Диетсестра:  Н.А.Ковыляева









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

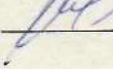


Согласовано:  
Директор MAOU  
«Ленинская СОШ»  
С.Ленинск  
Т.П.Рыбьякова

## МЕНЮ на 26 декабря 2022г

Имя?	Выход, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.цен-ность, ккал
<b>ОВЗ 1-4КЛ</b>					
<b>ЗАВТРАК</b>					
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
<b>ОБЕД</b>					
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
<b>ИТОГО</b>					
<b>ОВЗ 5-9КЛ</b>					
<b>ЗАВТРАК</b>					
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
<b>ОБЕД</b>					
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
<b>ИТОГО</b>					

Зав.произв:  Л.В.Корнеева

Диетсестра:  Н.А.Ковыляева







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



Согласовано:  
Директор МАОУ  
«Ленинская СОШ»  
с. Ленинск  
Т.П.Рыбьякова

## МЕНЮ

на 27 декабря 2022г

Наименование блюда	Выход, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.цен-ность, ккал
<b>ОВЗ 1-4 кл</b>					
<b>ЗАВТРАК</b>					
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
<b>ОБЕД</b>					
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				
<b>ИТОГО</b>					
<b>ОВЗ 5-9кл</b>					
<b>ЗАВТРАК</b>					
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
<b>ОБЕД</b>					
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				
<b>ИТОГО</b>					

Зав.произв: Л.В.Корнеева

Диетсестра: Н.А.Ковыляева









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

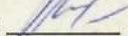


Согласовано:  
Директор МАОУ  
«Ленинская СОШ»  
с. Ленинск  
Т.П.Рыбьякова

## МЕНЮ на 28 декабря 2022 г.

Наименование блюда	Выход, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. цен-ность, ккал
<b>ОВЗ 1-4 кл</b>					
<b>ЗАВТРАК</b>					
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				
<b>ОБЕД</b>					
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 пшеничная	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
<b>ИТОГО</b>					
<b>ОВЗ 5-9 кл</b>					
<b>ЗАВТРАК</b>					
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
<b>ОБЕД</b>					
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 пшеничная	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
<b>ИТОГО</b>					

Зав.произв:  Л.В.Корнеева

Диетсестра:  Н.А.Ковыльева

