

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Совинская средняя школа"

О.Г. Модзернива

04.04.2022 (С.школа с 12 лет и старше  
(срок действия 1 год))

## Меню с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Обед</u>			
100	Икра кабачковая (промышленного производства)	Калорийность-119, Белки-2, Жиры-9, Углеводы-8, ВитаминС-7, Магний-15	=
250	Щи из свежей капусты	Калорийность-76, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-6, ВитаминС-13, Магний-2	=
100	Котлеты из говядины	Калорийность-286, Белки-18, Жиры-17, Углеводы-14, Магний-26	=
180	Рис с овощами	Калорийность-214, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-38, ВитаминС-2, Магний-35	=
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийность-110, Белки-1, Углеводы-27, ВитаминС-1	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-15	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-945, Белки-33, Жиры-36, Углеводы-121, ВитаминС-28, Магний-93	<b>88-05</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-945, Белки-33, Жиры-36, Углеводы-121, ВитаминС-28, Магний-93	



Заведующая  
столовой

*[Signature]*

Учитель  
технологии

*[Signature]*

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Совинская средняя школа"

О.Г. Модзерина

04.04.2022 (Пятикласс 7-11 лет  
(зим-весен), 1пр)

## Меню ОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	питательная ценность
<u>Завтрак</u>			
45	Бутерброд с сыром (1-й вариант)	Калорийность-149, Белки-7 Жиры-9, Углеводы-10, ВитаминА-62, Магний-14	=
200	Каша пшеничная молочная жидкая	Калорийность-200, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-29, ВитаминА-77, ВитаминС-1, Магний-37	=
200	Чай с сахаром	Калорийность-60, Углеводы-15, Магний-1	=
100	Фрукты свежие	Калорийность-47, Углеводы-10, ВитаминС-10	=
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-456, Белки-13, Жиры-16, Углеводы-64, ВитаминА-99, ВитаминС-11, Магний-52	=
<u>Обед</u>			
60	Икра кабачковая (промышленного производства)	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-5, ВитаминС-4, Магний-9	=
200	Щи из свежей капусты	Калорийность-61, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-5, ВитаминС-15, Магний-14	=
90	Котлеты из говядины	Калорийность-257, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-13, Магний-23	=
150	Рис с овощами	Калорийность-178, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-31, ВитаминС-2, Магний-29	=
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийность-110, Белки-1, Углеводы-27, ВитаминС-1	=
30	Хлеб ржано-пшеничный	Калорийность-171, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-34, ВитаминС-1	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Жиры-0,2, Углеводы-10, Магний-3	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-777, Белки-27, Жиры-29, Углеводы-101, ВитаминС-22, Магний-78	=
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 232, Белки-40, Жиры-45, Углеводы-165, ВитаминА-99, ВитаминС-33, Магний-130	<b>116-52</b>

ИП

Протасов Р.О.



Техник-технолог

Хлебучаща С.И.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя общеобразовательная школа"

О.Г. Модзериничева



04.04.2022 (11 школа 7-11 лет  
зим-весен), 11нн

# Меню ОБЗ

Выход (г)	Наименование блюда	Калорийность (ккал), Белки (г), Жиры (г), Углеводы (г), Витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость (руб)
<u>Завтрак</u>			
45	Бутерброд с сыром (1-й вариант)	Калорийность-149, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-10, ВитаминА-62, Магний-14	=
200	Каша пшеничная молочная жидкая	Калорийность-200, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-29, ВитаминА-37, ВитаминС-1, Магний-37	=
200	Чай с сахаром	Калорийность-60, Углеводы-15, Магний-1	=
100	Фрукты свежие	Калорийность-47, Углеводы-10, ВитаминС-10	=
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-456, Белки-13, Жиры-16, Углеводы-64, ВитаминА-99, ВитаминС-11, Магний-52	=
<u>Обед</u>			
60	Икра кабачковая (промышленного производства)	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-5, ВитаминС-4, Магний-9	=
200	Щи из свежей капусты	Калорийность-61, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-5, ВитаминС-15, Магний-14	=
90	Котлеты из говядины	Калорийность-257, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-13, Магний-23	=
150	Рис с овощами	Калорийность-178, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-31, ВитаминС-2, Магний-29	=
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийность-110, Белки-1, Углеводы-27, ВитаминС-1	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-13, Жиры-0,5, ВитаминС-1, Магний-3	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-23, Белки-1, Жиры-0,1, Углеводы-4, ВитаминС-0,1, Магний-0,1	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-777, Белки-27, Жиры-29, Углеводы-101, ВитаминС-22, Магний-73	=
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1232, Белки-40, Жиры-45, Углеводы-165, ВитаминА-99, ВитаминС-33, Магний-130	116-52

ИП

*Р*

Протасов Р.О.

Заведующая столовой



Техник-технолог

*ас*

Халиуллина Т.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Модзгаршвили

04.04.2022 (П.школа 7-11 лет  
(зим-весен), 1пп)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г);	Составность питания (руо)
<u>Обед</u>			
60	Икра кабачковая (промышленного производства)	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-5, ВитаминС-4, Магний-9	=
200	Щи из свежей капусты	Калорийность-61, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-5, ВитаминС-15, Магний-14	=
90	Котлеты из говядины	Калорийность-257, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-13, Магний-23	=
150	Рис с овощами	Калорийность-112, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-21, ВитаминС-2, Магний-11	=
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийность-110, Белки-1, Жиры-0, Углеводы-27, ВитаминС-1	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	=

Итого за Обед Калорийность-777, Белки-27, Жиры-29, Углеводы-101, ВитаминС-22, Магний-78 **78-52**

Итого за день Калорийность-1 232, Белки-40, Жиры-45, Углеводы-165, ВитаминА-99, ВитаминС-33, Магний-130

ИП

*Р*

Протасов Р.О.

Заведующая столовой



Температура

*ж*

Халупаева Т.А.

УТВЕРЖДАЮ

Визирова М.А.

О.Г. Модзеришвили

04.04.2022 (11.класс 7-11 лет)  
(дет-десерт), 3 руб

# Меню 7-11 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эя. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Обед</u>			
60	Икра кабачковая (промышленного производства)	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-5, ВитаминС-4, Магний-9	=
200	Щи из свежей капусты	Калорийность-61, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-5, ВитаминС-15, Магний-10, Кальций-157, Бор-16, Фосфор-18	=
90	Котлеты из говядины	Углеводы-13, Магний-23	-
150	Рис с овощами	Калорийность-179, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-31, ВитаминС-2, Магний-29	=
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийность-110, Белки-1, Углеводы-27, ВитаминС-1	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
<b>Итого за обед</b>		Калорийность-77, Белки-10, Жиры-13, Углеводы-101, ВитаминС-22, Магний-78	<b>70-52</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1032, Белки-43, Жиры-43, Углеводы-165, ВитаминА-99, ВитаминС-33, Магний-130	

ИП

Протасов П.О.

Заведующая  
столовой



Техник  
тех. кабинет

Хатунцава Е.А.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Моджершвили

04.04.2022 (С.школа с 12 лет и старше  
(зим-весен), 1пп)

## Меню с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Обед</u>			
100	Икра кабачковая (промышленного производства)	Калорийность-119, Белки-2, Жиры-0, Углеводы-8, ВитаминС-7, Магний-15	=
250	Щи из свежей капусты	Калорийность-76, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-6, ВитаминС-18, Магний-18	=
100	Котлеты из говядины	Калорийность-286, Белки-18, Жиры-17, Углеводы-14, Магний-26	=
180	Рис с овощами	Калорийность-214, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-38, ВитаминС-1, Магний-1	=
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийность-110, Белки-1, Углеводы-33, ВитаминС-1	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-10	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-945, Белки-33, Жиры-36, Углеводы-121, ВитаминС-28, Магний-98	<b>88-05</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-945, Белки-33, Жиры-36, Углеводы-121, ВитаминС-28, Магний-98	

ИП

Протасов Р.О.

Заведующая



Техник

Халиуллина Г.И.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Сардинская средняя школа"

О.Г. Модзернишвили

30.04.2021 (Сардинская)

С. 2021 г. (Сардинская) (Сардинская)

# Меню с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	Энергетическая ценность (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость (руб)
<u>Обед</u>			
100	Икра кабачковая (промышленного производства)	Калорийность-119, Белки-2, Жиры-9, Углеводы-8, ВитаминС-7, Магний-15	=
250	Щи из свежей капусты	Калорийность-76, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-6, ВитаминС-10, Магний-10	=
100	Котлеты из говядины	Калорийность-285, Белки-16, Жиры-17, Углеводы-14, Магний-26	=
180	Рис с овощами	Калорийность-214, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-38, ВитаминС-2, Магний-35	=
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийность-110, Белки-1, Углеводы-27, ВитаминС-1	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-12, Магний-4	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-945, Белки-33, Жиры-36, Углеводы-121, ВитаминС-28, Магний-98	<b>88-05</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-945, Белки-33, Жиры-36, Углеводы-121, ВитаминС-28, Магний-98	

ИП

Протасов Р.О.

Заведующая столовой

Гривко  
Татьяна

Хитунца И.



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Солонская средняя школа"

О.Г. Модзгевичева

04.04.2022 (Ш.школа 7-11 лет  
 (зим-весен), 1пп)

# Меню ОБЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
45	Гутерброд (1 вариант)	Углеводы-10, ВитаминА-62, Магний-14	=
200	Каша пшеничная молочная жидкая	Калорийность-209, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-29, ВитаминА-37, ВитаминС-1, Магний-37	=
200	Чай с сахаром	Калорийность-60, Углеводы-15, Магний-1	=
100	Фрукты свежие	Калорийность-47, Углеводы-10, ВитаминС-10	=
<b>Итого за завтрак</b>		Калорийность-436, Белки-18, Жиры-18, Углеводы-64, ВитаминА-99, ВитаминС-11, Магний-52	=
<u>Обед</u>			
60	Икра кабачковая (промышленного производства)	Калорийность-61, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-5, ВитаминС-4, Магний-9	=
200	Щи из свежей капусты	Калорийность-61, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-5, ВитаминС-15, Магний-14	=
90	Котлеты из говядины	Калорийность-257, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-13, Магний-23	=
150	Рис с овощами	Калорийность-178, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-31, ВитаминС-2, Магний-29	=
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийность-110, Белки-1, Углеводы-27, ВитаминС-1	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
<b>Итого за обед</b>		Калорийность-737, Белки-38, Жиры-31, Углеводы-101, ВитаминС-22, Магний-78	=
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1232, Белки-56, Жиры-49, Углеводы-165, ВитаминА-99, ВитаминС-33, Магний-130	116-82

ИП

Прокашов Р.О.

Заведующий



Технич.

Учитель нач. кл.



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

05.04.2022 (С.школа с 12 лет и старше  
(зим-весен), 1зн)



## Меню с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), жир (г), витамин С (мг), витамин А (мг), витамин В (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Обед</u>			
100	Овощи натуральные соленые (огурцы)	Калорийность-13, Белки-1, Углеводы-2, Витамин С-5	=
250	Свекольник	Калорийность-97, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-12, Витамин С-9, Магний-31	=
100	Суфле рыбное	Калорийность-112, Белки-14, Жиры-5, Магний-26	=
180	Макаронные изделия отварные	Калорийность-174, Белки-7, Жиры-1, Углеводы-35, Магний-10	=
200	Кисель из концентрата плодового или ягодного	Калорийность-122, Белки-1, Углеводы-29	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-14	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4	=
<b>Итого за Обед</b>			<b>88-05</b>
<b>Итого за день</b>			<b>88-05</b>

\_\_\_\_\_  
Р



\_\_\_\_\_  
технолог

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Бавинская средняя школа"

О.Г. Модзеришина

05.04.2022 (С.школа с 12 лет и старше  
Средняя школа)

## Меню с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
100	<b>Овощи натуральные соленые (огурцы)</b>	Калорийность-13, Белки-1, Углеводы-2 ВитаминС-5	=
250	<b>Свекольник</b>	Калорийность-97, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-12, ВитаминС-9, Магний-31	=
100	<b>Суфле рыбное</b>	Калорийность-112, Белки-14, Жиры-5, Углеводы-5, ВитаминА-66, ВитаминС-1, Магний-26	=
180	<b>Макаронные изделия отварные</b>	Калорийность-174, Белки-7, Жиры-1, Углеводы-35, Магний-10	-
200	<b>Кисель из концентрата плодового или ягодного</b>	Калорийность-122, Белки-1, Углеводы-29	=
40	<b>Хлеб ржаной</b>	Калорийность-70, Белки-3, Жиры-0, Углеводы-14	=
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-67, Белки-4, Жиры-0, Углеводы-11, Магний-4	=
<b>Итого за обед</b>		Калорийность-659, Белки-30, Жиры-10, Углеводы-109, ВитаминА-66, ВитаминС-15, Магний-71	<b>88 05</b>

Итого за день

Калорийность-659, Белки-30, Жиры-10,  
Углеводы-109, ВитаминА-66, ВитаминС-15,  
Магний-71

ИП

Протасов Р.О.

Заведующий  
столовой



Технический  
технолог

Козина С.Н.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Модзерина

05.04.2022 (С.школа с 12 лет и старше  
(зим-весен), 1сш)

## Меню с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), жир (г)	Среднедневная питательная ценность (р/д)
<u>Обед</u>			
100	Овощи натуральные соленые (огурцы)	Калорийность-13, Белки-1, Углеводы-2, Витамины-5	=
250	Свекольник	Калорийность-97, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-12, Витамины-9, Магний-3	=
100	Суфле рыбное	Калорийность-112, Белки-14, Жиры-5, Углеводы-2, Витамины-66, Магний-10, Магний-26	=
180	Макаронные изделия отварные	Калорийность-174, Белки-7, Жиры-1, Углеводы-35, Магний-10	=
200	Кисель из концентрата плодового или ягодного	Калорийность-109, Белки-1, Жиры-0, Углеводы-26, Витамины-15, Магний-1	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-70, Белки-3, Жиры-0,1, Углеводы-13, Витамины-1, Магний-1	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-658, Белки-30, Жиры-10, Углеводы-109, Витамины-66, Магний-17, Магний-71	<b>88-05</b>

**Итого за день** Калорийность-658, Белки-30, Жиры-10,  
Углеводы-109, Витамины-66, Магний-15,  
Магний-71

Ш. Р

столовой

технолог ж



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Сивинская средняя школа"

О.Р. Мобдзершивец

05.04.2022 (школа 7-11 лет  
зим-весен), 10п

## Меню ОРЗ

Выход (г)	Наименование блюда	Калорийность (ккал), Белки (г), Жиры (г), Углеводы (г), Витамины (мг), минеральные вещества (мг)	Сумма стоимости питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
60	Овощи консервированные отварные (зеленый горошек)	Калорийность-38, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-3, ВитаминА-11, ВитаминС-1, Магний-11	=
90	Кнели из птицы с рисом	Калорийность-240, Белки-13, Жиры-17, Углеводы-6, ВитаминА-76, ВитаминС-1, Магний-20	=
150	Каша гречневая рассыпчатая	Калорийность-174, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-40, ВитаминА-24, Магний-49	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
200/7	Чай с лимоном	Калорийность-67, Углеводы-15, ВитаминС-3, Магний-1	=
<b>Итого за завтрак</b>		Калорийность-509, Белки-28, Жиры-24, Углеводы-55, ВитаминА-111, ВитаминС-7, Магний-128	=
<u>Обед</u>			
60	Овощи натуральные соленые (огурцы)	Калорийность-8, Углеводы-1, ВитаминС-3, Магний-8	=
200	Свекольник	Калорийность-78, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-10, ВитаминС-7, Магний-25	=
90	Суфле рыбное	Калорийность-101, Белки-13, Жиры-4, Углеводы-3, ВитаминА-59, Магний-24	=
150	Макаронные изделия отварные	Калорийность-145, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-29, Магний-3	=
200	Кисель из концентрата плодового или ягодного	Калорийность-122, Белки-1, Углеводы-24,9	=
30	Хлеб ржаноый	Калорийность-50, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-10, Магний-1	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-1	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-552, Белки-26, Жиры-13, Углеводы-92, ВитаминА-59, ВитаминС-10, Магний-68	=
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1162, Белки-52, Жиры-34, Углеводы-147, ВитаминА-170, ВитаминС-15, Магний-196	<b>116-52</b>

ИП

Протасов Р.О.

Заведующая

Технику

Халиуллина С.П.



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савицкая средняя школа"

О.Г. Модуцкий

05.04.2022 (Н.школа 7-11 лет)

(зим-весен), 16шт)

Меню ОРЗ

Выход (г)	Наименование блюда	ккал, белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость порции (руб.)
<b>Завтрак</b>			
60	Овощи консервированные отварные (зеленый горошек)	Калорийность-38, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-4, ВитаминА-14, Магний-11	=
90	Кнели из птицы с рисом	Калорийность-240, Белки-17, Жиры-17, Углеводы-6, ВитаминА-76, ВитаминС-3, Магний-20	=
150	Каша гречневая рассыпчатая	Калорийность-174, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-10, ВитаминА-24, Магний-49	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-34, Белки-2, Углеводы-20, Магний-6	=
200/7	Чай с лимоном	Калорийность-63, Углеводы-16, ВитаминС-3, Магний-2	=
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-609, Белки-26, Жиры-25, Углеводы-55, ВитаминА-111, ВитаминС-5, Магний-128	=
<b>Обед</b>			
60	Овощи натуральные соленые (огурцы)	Калорийность-8, Углеводы-1, ВитаминС-3, Магний-8	=
200	Свекольник	Калорийность-78, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-10, ВитаминС-7, Магний-25	=
90	Суфле рыбное	Калорийность-101, Белки-13, Жиры-4, Углеводы-3, ВитаминА-59, Магний-24	=
150	Макаронные изделия отварные	Калорийность-115, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-26, Магний-8	=
200	Кисель из концентрата плодового или ягодного	Калорийность-122, Белки-1, Углеводы-29	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-552, Белки-26, Жиры-9, Углеводы-92, ВитаминА-59, ВитаминС-10, Магний-68	=
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1162, Белки-52, Жиры-34, Углеводы-147, ВитаминА-170, ВитаминС-15, Магний-196	<b>116-52</b>

ИП

*Р*

Подпись

Место



Подпись

*С*

Утверждаю

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Сивинская средняя школа"

О.Г. Модзалевский

05.04.2022 (П.школа 7-11 лет  
зим-весен), 1 кв)

# Меню ОБЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамин А (мг), микроэлемнты (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
60	Овощи консервированные отварные (зеленый горошек)	Калорийность-38, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-3, Витамин А-11, Витамин С-1, Магний-11	=
90	Кнели из птицы с рисом	Калорийность-240, Белки-15, Жиры-17, Углеводы-6, Витамин А-76, Витамин С-2, Магний-20	=
150	Каша гречневая рассыпчатая	Калорийность-171, Белки-7, Жиры-3, Углеводы-30, Витамин А-24, Витамин С-9	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
200/7	Чай с лимоном	Калорийность-63, Углеводы-16, Витамин С-3, Магний-2	=
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-609, Белки-29, Жиры-25, Углеводы-55, Витамин А-111, Витамин С-5, Магний-128	=
<u>Обед</u>			
60	Овощи натуральные соленые (огурцы)	Калорийность-8, Углеводы-1, Витамин С-3, Магний-8	=
200	Свекольник	Калорийность-78, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-10, Витамин С-7, Магний-25	=
90	Суп-фле рыбное	Калорийность-114, Белки-14, Жиры-1, Углеводы-9, Витамин А-5, Витамин С-1, Магний-10	=
150	Макаронные изделия отварные	Калорийность-145, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-29, Магний-8	=
200	Кисель из концентрата плодового или ягодного	Калорийность-122, Белки-1, Углеводы-29	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-552, Белки-26, Жиры-9, Углеводы-92, Витамин А-59, Витамин С-10, Магний-68	=

ИП

*Р*

Протасов Р.О.

Заведующая



Врач

*es*

Хлебный пункт

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Совинская средняя школа"

О.Г. Медведь

05.04.2022 (Н. школа 7-11 лет)

(на 1-е блюдо), 1 шт)

## Меню 7-11 лет

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Обед</u>			
60	Овощи натуральные соленые (огурцы)	Калорийность-8, Углеводы-1, ВитаминС-3, Магний-0	=
200	Свекольник	Калорийность-78, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-10, ВитаминС-7, Магний-25	=
90	Суфле рыбное	Калорийность-41, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-3, ВитаминА-59, Магний-24	=
150	Макаронные изделия отварные	Калорийность-115, Белки-4, Жиры-2, Углеводы-29, Магний-8	=
200	Кисель из концентрата плодового или ягодного	Калорийность-122, Белки-1, Углеводы-29	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-552, Белки-26, Жиры-9, Углеводы-92, ВитаминА-59, ВитаминС-10, Магний-68	<b>78-52</b>

**Итого за день** Калорийность-1162, белки-52, жиры-34, Углеводы-147, ВитаминА-170, ВитаминС-170, Магний-150

ИП

Протасов Р.О.

Заседания  
состоялось

Телем  
заседания

Этап за 15

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ

О.Г. Модзерцева

03.04.2022 (ш. школа 7-11 лет)

(зим-весен), 1эт)

# Меню 7-11 лет

Выход (г)	Наименование блюда	ккал, белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Обед</b>			
60	Овощи натуральные соленые (огурцы)	Калорийность-8, Углеводы-1, ВитаминС-3, Магний-8	=
200	Свекольник	Калорийность-70, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-10, ВитаминС-2, Магний-25	=
90	Суфле рыбное	Калорийность-101, Белки-14, Жиры-1, Углеводы-3, ВитаминА-33, Магний-27	=
150	Макаронные изделия отварные	Калорийность-145, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-29, Магний-8	=
200	Кисель из концентрата плодового или ягодного	Калорийность-122, Белки-1, Углеводы-29	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-2	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-552, Белки-26, Жиры-9, Углеводы-92, ВитаминА-70, ВитаминС-110, Магний-106	<b>78-52</b>

## Итого за день

Калорийность-162, Белки-30, Жиры-34, Углеводы-80, ВитаминА-4, ВитаминС-10, Магний-195

ИП

Протасов Р.О.

Заведующая столовой



Безопасный технолог

Хитункина Л.



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Средняя общеобразовательная школа № 11"

05.04.2022 (Н. школа 7-11 лет  
(зим-весен), 1зм)



# Меню 7-11 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Обед</u>			
60	Овощи натуральные соленые (огурцы)	Калорийность-3, Углеводы-1, ВитаминС-3, Магний-8	=
200	Свекольник	Калорийность-78, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-13, ВитаминА-59, Магний-24	=
90	Суфле рыбное	Калорийность-101, Белки-13, Жиры-4, Углеводы-3, ВитаминА-59, Магний-24	=
150	Макаронные изделия отварные	Калорийность-147, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-29, Магний-8	=
200	Кисель из концентрата плодового или ягодного	Калорийность-122, Белки-1, Углеводы-29	=
30	Хлеб ржаной	калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-522, Белки-32, Жиры-34, Углеводы-147, ВитаминА-170, ВитаминС-19, Магний-68	<b>78-51</b>

**Итого за день** Калорийность-1162, Белки-52, жиры-34,  
Углеводы-147, ВитаминА-170, ВитаминС-19,  
Магний-196

ИП  Протасов Р.О.

Заведующая  
школой



Техник



Хамулкина С.И.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «Савинская средняя общеобразовательная школа №1»

О.Г. Модзерицкий

18.07.2012 (С.цикл № 12 лет и старше из (зим-весен), 2ср)

## Меню с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эл. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Обед</u>			
100	Салат из свежих огурцов	Калорийность-102, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-2, ВитаминС-5, Магний-13	=
250	Суп картофелем с макаронными изделиями	Калорийность-110, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-19, ВитаминС-6	=
100	Шницель из птицы припущенные	Калорийность-183, Белки-15, Жиры-10, Углеводы-9, ВитаминА-78, ВитаминС-19, Магний-19	=
180	Макаронные изделия отварные	Калорийность-174, Белки-7, Жиры-1, Углеводы-35, Магний-10	=
200	Напиток из шиповника	Калорийность-97, белки-1, углеводы-20, ВитаминС-70, Магний-3	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-805, Белки-32, Жиры-24, Углеводы-116, ВитаминА-58, ВитаминС-82, Магний-49	<b>88-05</b>

ИП

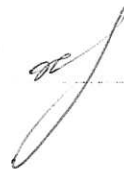


Протасова Р.О.

Заведующая школой



Кухонный работник



Кухонный работник

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Славинская средняя школа"

О.Е. Мобзиршвили

06.04.2022 (С.школа с 12 лет и старше  
(зим-весен), 2сп)

## Меню с 12 лет и старше

Выход (г)		кал. пов. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость (руб)
<i>Обед</i>			
100	Салат из свежих огурцов	Калорийность-102, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-2, ВитаминС-5, Магний-1	=
250	Суп картофелем с макаронными изделиями	Калорийность-110, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-19, ВитаминС-6	=
100	Шницель из птицы припущенные	Калорийность-183, Белки-15, Жиры-10, Углеводы-9, ВитаминА-58, ВитаминС-1, Магний-19	=
180	Макаронные изделия отварные	Калорийность-174, Белки-7, Жиры-1, Углеводы-35, Магний-10	=
200	Напиток из лимонника	Калорийность-87, Белки-1, Жиры-0,2, Углеводы-20, ВитаминС-70, Магний-3	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-12, Магний-1	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-74, Белки-2, Углеводы-16, Магний-4	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-805, Белки-32, Жиры-24, Углеводы-116, ВитаминА-58, ВитаминС-82, Магний-49	<b>88-05</b>

**Итого за день** Калорийность-805, Белки-32, Жиры-24,  
Углеводы-116, ВитаминА-58, ВитаминС-82,  
Магний-49

ИП

*P*

Протокол № 0

Заведующий  
столовой



технолог

*aj*

Утверждено

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Славинская средняя школа"

О.Г. Модзерничева

06.04.2022 (С.школа с 12 лет и старше  
(зим-весен), 2ср)

## Меню с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	Энерг. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамин С (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания Р.б.
<u>Обед</u>			
100	Салат из свежих огурцов	Калорийность-102, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-2, ВитаминС-5, Магний-13	=
250	Суп картофельем с макаронными изделиями	Калорийность-110, белки-3, жиры-3, Углеводы-19, ВитаминС-6	=
100	Шницель из птицы припущенные	Калорийность-183, Белки-13, Жиры-10, Углеводы-9, ВитаминА-58, ВитаминС-1, Магний-19	=
180	Макаронные изделия отварные	Калорийность-174, Белки-7, Жиры-1, Углеводы-37, Магний-10	=
200	Напиток из шиповника	Калорийность-37, Белки-2, Углеводы-60, ВитаминС-70, Магний-3	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-14	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-807, Белки-42, Жиры-24, Углеводы-116, ВитаминА-58, ВитаминС-82, Магний-49	<b>88-05</b>

**Итого за день** Калорийность-805, Белки-40, Жиры-24, Углеводы-116, ВитаминА-58, ВитаминС-82, Магний-49

ИП

Протасов Р.О.

Заседующая



Техник

Утмуллина Л.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Славинская средняя школа"

06.04.2022 (Н.школа 7-11 лет (зим-весен), 2ср)

# Меню ОБЗ

Выход (г)	Наименование блюда	Калорийность (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
20	<b>Сыр сычужный твердый порциями</b>	Калорийность-9, Белки-7, Жиры-5, Магний-118	=
200	<b>Каша рисовая молочная жидкая</b>	Калорийность-229, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-33, ВитаминА-53, ВитаминС-2, ВитаминРР-1, Натрий-450, Магний-32	=
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
80	<b>Булочка ванильная</b>	Углеводы-45, Магний-8	=
200	<b>Кофейный напиток с молоком</b>	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-16, ВитаминС-1, Магний-14	=
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-735, Белки-23, Жиры-22, Углеводы-114, ВитаминА-53, ВитаминС-3, ВитаминРР-1, Натрий-470, Магний-178	=
<b>Обед</b>			
60	<b>Салат из свежих овощей</b>	Калорийность-61, Жиры-6, Углеводы-1, ВитаминС-3, магний-8	=
200	<b>Суп картофелем с макаронными изделиями</b>	Калорийность-88, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-15, ВитаминС-5	=
90	<b>Шницель из птицы припущенные</b>	Калорийность-165, Белки-14, Жиры-9, Углеводы-8, ВитаминА-53, ВитаминС-1, Магний-17	=
150	<b>Макаронные изделия отварные</b>	Калорийность-145, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-28, магний-3	=
200	<b>Напиток из шиповника</b>	Калорийность-97, Белки-1, Углеводы-23, ВитаминС-70, Магний-3	=
30	<b>Хлеб ржаной</b>	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11, Магний-3	=
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-11, Магний-3	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-655, Белки-27, Жиры-13, Углеводы-96, ВитаминА-53, ВитаминС-79, Магний-59	=

**Итого за день** Калорийность-1 390, Белки-50, Жиры-40, Углеводы-210, ВитаминА-106, ВитаминС-82, ВитаминРР-2, Натрий-940, Магний-237 **116-52**

ИП

*Р*

Протокол № 10

Заведующий столовой



Учитель

*Учитель*

Учитель нач. кл.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Р. Модзеришвили

06.04.2022 (Никола 7-11 лет (зим-весен), 2ср)

## Меню ОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
20	Сыр сычужный твердый порциями	Калорийность-69, Белки-5, Жиры-5, Магний-118	=
200	Каша рисовая молочная жидкая	Калорийность-229, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-33, ВитаминА-53, ВитаминС-2, ВитаминРР-1, Натрий-450, Магний-32	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
80	Булочка ванильная	Калорийность-264, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-47, Магний-3	=
200	Кофейный напиток с молоком	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-18, ВитаминС-1, Магний-14	=
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-735, Белки-21, Жиры-22, Углеводы-114, ВитаминА-53, ВитаминС-3, ВитаминРР-1, Натрий-450, Магний-178	=
<u>Обед</u>			
60	Салат из свежих огурцов	Калорийность-61, Жиры-6, Углеводы-1, ВитаминС-9, Магний-8	=
200	Суп картофелем с макаронными изделиями	Калорийность-88, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-15, ВитаминС-5	=
90	Шницель из птицы припущенные	Калорийность-165, Белки-14, Жиры-11, Углеводы-10, Магний-17	=
150	Макаронные изделия отварные	Калорийность-145, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-29, Магний-8	=
200	Напиток из шиповника	Калорийность-97, Белки-1, Углеводы-23, ВитаминС-50, Магний-3	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-655, Белки-27, Жиры-18, Углеводы-96, ВитаминА-53, ВитаминС-79, Магний-39	=

Итого за день: Калорийность-1390, Белки-48, Жиры-40, Углеводы-210, ВитаминА-106, ВитаминС-82, ВитаминРР-1, Натрий-450, Магний-217

ИП

*Р*

Протасов Р.О.

Заведующая



Техник

*Р*

Учитель

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Модзеришина

06.04.2022 (Н.школа 7-11 лет (этим-  
проект), 7 р)

## МЕНЮ ОБД

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамин А (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб.)
<u>Завтрак</u>			
20	Сыр сычужный твердый порциями	Калорийность-69, Белки-5, Жиры-5, Магний-119	=
200	Каша рисовая молочная жидкая	Калорийность-229, Белки-6, Жиры-9, Углеводы-33, Витамин А-53, Витамин С-2, Ретинол-27, Натрий-450, Магний-178	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
80	Булочка ванильная	Калорийность-264, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-45, Магний-8	=
200	Кофейный напиток с молоком	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-10, Витамин С-1, магний-14	=
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-735, Белки-23, Жиры-22, Углеводы-114, Витамин А-53, Витамин С-3, Витамин РР-1, Натрий-450, Магний-178	=
<u>Обед</u>			
60	Салат из свежих огурцов	Калорийность-61, Жиры-6, Углеводы-1, Витамин С-3, Магний-8	=
200	Суп картофелем с макаронными изделиями	Калорийность-88, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-10, Витамин С-3	=
90	Шницель из птицы припущенные	Калорийность-165, Белки-14, Жиры-11, Углеводы-8, Витамин А-53, Ретинол-27, Магний-17	=
150	Макаронные изделия отварные	Калорийность-145, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-29, Магний-8	=
200	Напиток из шиповника	Калорийность-97, Белки-1, Углеводы-21, Магний-39	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-653, Белки-27, Жиры-18, Углеводы-96, Витамин А-53, Витамин С-79, Магний-39	=
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1390, Белки-50, Жиры-40, Углеводы-210, Витамин А-106, Витамин С-82, Витамин РР-1, Натрий-450, магний-217	116-52

ИП

Протасов О.О.

Заведующий  
столовой

Подпись

Хизидова С.А.



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Славянский лицей"

О.Г. Моддеррицкая

08.03.2024 (пятница, 7 апреля (суббота, 8 апреля), 2ср)



## Меню 7-11 лет

Выход (г)	Наименование блюда	кал. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Обед</u>			
60	Салат из свежих огурцов	Калорийность-61, Жиры-6, Углеводы-1, ВитаминС-3, Магний-8	=
200	Суп картофелем с макаронными изделиями	Калорийность-83, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-17, ВитаминС-5	=
90	Шницель из птицы припущенные	Калорийность-165, Белки-14, Жиры-9, Углеводы-8, ВитаминА-5, ВитаминС-4, Магний-17	=
150	Макаронные изделия отварные	Калорийность-145, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-29, Магний-8	=
200	Напиток из шиповника	Калорийность-97, Белки-1, Углеводы-25, ВитаминС-70, Магний-3	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
	<b>Итого за Обед</b>	Калорийность-655, Белки-27, Жиры-18, Углеводы-96, ВитаминА-53, ВитаминС-79, Магний-38	<b>78-52</b>

**Итого за день** Калорийность-1390, Белки-30, Жиры-40, Углеводы-210, ВитаминА-100, ВитаминС-82, ВитаминРР-1, Натрий-450, Магний-217

ИП

*[Signature]*

Прогасов Р.О.

Заседующая  
комитетом



*[Signature]*

Техник

*[Signature]*

Хитунцова С.А.



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Селинская средняя школа"

О.Г. Модзершвиц

06.01.2022 (Понедельник) 7-11 лет (экономический), 2-й

# Меню 7-11 лет

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Обед</u>			
60	Салат из свежих огурцов	Калорийность-61, Жиры-6, Углеводы-1, ВитаминС-3, Магний-8	=
200	Суп картофельный с макаронными изделиями	Калорийность-98, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-15, ВитаминС-5	=
90	Шницель из птицы припущенные	Калорийность-165, Белки-14, Жиры-2, Углеводы-8, ВитаминА-3, ВитаминВ-1, Магний-17	=
150	Макаронные изделия отварные	Калорийность-145, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-29, Магний-8	=
200	Напиток из шиповника	Калорийность-97, Белки-1, Углеводы-23, ВитаминС-70, Магний-3	=
30	Хлеб ржаной	калорийность-52, Белки-2, углеводы-10	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-555, Белки-32, Жиры-19, Углеводы-90, ВитаминА-30, ВитаминВ-29, Магний-39	<b>78-52</b>

**Итого за день** Калорийность-1390, Белки-42, Жиры-40, Углеводы-210, ВитаминА-136, ВитаминС-70, ВитаминВ-1, Натрий-450, Магний-217

ИП

*Р*

Протасов Р.О.

Зарегистрированный специалист

*AS*

Техник

*С*

Хативалова С.И.



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Сельинская средняя школа"

О.Г. Мозгорина

06.04.2022 (Н.И. Никола 7-11 лет (зим-весен). 2сп)

# Меню 7-11 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Обед</u>			
60	Салат из свежих огурцов	Витамин С-2, Магний-8	=
200	Суп картофелем с макаронными изделиями	Калорийность-121, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15, Витамин С-5	=
90	Шницель из птицы припущенные	Калорийность-165, Белки-14, Жиры-9, Углеводы-8, Витамин А-53, Витамин С-1, Магний-17	=
150	Макаронные изделия отварные	Калорийность-145, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-29, Магний-8	-
200	Напиток из шиповника	Калорийность-97, Белки-1, Углеводы-23, Витамин С-70, Магний-3	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-17, Магний-3	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-455, Белки-27, Жиры-13, Углеводы-106, Витамин А-106, Витамин С-82, Магний-39	<b>78-52</b>

**Итого за день** Калорийность-1390, Белки-50, Жиры-40, Углеводы-210, Витамин А-106, Витамин С-82, Витамин РР-1, Натрий-450, Магний-217

ИП

И.П. Мосисов Р.О.

Заведующая столовой

Технический

К.И. Мушкетер Д.И.



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская с/п.школа"

07.04.2022 (С.школа с 12 лет и старше  
(зим-весен), 2чт)

## Меню с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<i>Обед</i>			
100	Салат из свеклы с чесноком	Калорийность-131, Белки-2, Жиры-10, Углеводы-9, ВитаминС-6, Магний-21	=
250	Суп картофельный с бобовыми(1-й вариант)	Калорийность-108, Белки-7, Жиры-1, Углеводы-15, ВитаминС-5, Магний-29	=
100/30	Тефтели из говядины в молочном соусе	Калорийность-284, Белки-19, Жиры-13, Углеводы-11, ВитаминА-23, ВитаминС-4, ВитаминРР-5, Натрий-40, Магний-36	=
180	Каша гречневая рассыпчатая	Калорийность-268, Белки-7, Жиры-1, Углеводы-12, ВитаминА-29, Магний-106	=
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийность-110, Белки-1, Жиры-0, Угле- воды-27, ВитаминС-1	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4	=

Итого за Обед Калорийность-981, Белки-36, Жиры-39, Угле-  
воды-102, ВитаминА-73, ВитаминС-36

88-05

ВитаминРР-5, Натрий-40, Магний-193

Итого за день Калорийность-981, Белки-36, Жиры-39,  
Углеводы-102, ВитаминА-73, ВитаминС-36,  
ВитаминРР-5, Натрий-40, Магний-193

ИП

Прогасов Р.О.

Заведующая  
столовой



Техник-  
кулинар

Халиуллина С.Н.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Модзалевская

07.04.2022 (С.школа с 12 лет и старше  
(зим-весен), 2чт)



### Меню с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб.)
<u>Обед</u>			
100	<b>Салат из свеклы с чесноком</b>	Калорийность-131, Белки-2, Жиры-10, Углеводы-9, ВитаминС-6, Магний-21	=
250	<b>Суп картофельный с бобовыми(1-й вариант)</b>	Калорийность-108, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-15, ВитаминС-9, Магний-26	=
100/30	<b>Тефтели из говядины в молочном соусе</b>	Калорийность-284, Белки-19, Жиры-18, Углеводы-11, ВитаминА-23, ВитаминС-4, ВитаминРР-5, Натрий-40, Магний-36	=
180	<b>Каша гречневая рассыпчатая</b>	Калорийность-208, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-12, ВитаминА-29, Магний-105	=
200	<b>Компот из свежих фруктов</b>	Калорийность-100, Белки-2, Жиры-0, Углеводы-25, ВитаминС-1	=
40	<b>Хлеб ржаной</b>	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-17	=
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4	=

**Итого за Обед** Калорийность-981, Белки-36, Жиры-39,  
Углеводы-102, ВитаминА-52, ВитаминС-20,  
ВитаминРР-5, Натрий-40, Магний-193 **88-05**

**Итого за день** Калорийность-981, Белки-36, Жиры-39,  
Углеводы-102, ВитаминА-52, ВитаминС-20,  
ВитаминРР-5, Натрий-40, Магний-193

ИП Р Протасов Р.О.

Заведующая  
столовой Д.В.



Техник-  
технолог С.С.

Халиуллина С.А.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Давинская средняя школа"

О.Г. Модулькин

07.04.2022 (С.школа с 12 лет и старше  
(зим-весен), 2чш)

# Меню с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	Энерг. цен. (ккал), белки (г), углевода (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость продукции (руб)
<i>Обед</i>			
100	Салат из свеклы с чесноком	Калорийность-131, Белки-2, Жиры-10, Углеводы-9, ВитаминС-6, Магний-21	=
250	Суп картофельный с бобовыми(1-й вариант)	Калорийность-108, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-15, ВитаминС-9, Магний-26	=
100/30	Тефтели из говядины в молочном соусе	Калорийность-284, Белки-19, Жиры-13, Углеводы-11, ВитаминА-23, ВитаминС-4, ВитаминРР-5, Натрий-40, Магний-36	=
180	Каша гречневая рассыпчатая	Углеводы-12, ВитаминА-29, Магний-106	=
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийность-110, Белки-1, Углеводы-27, ВитаминС-1	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-70, Белки-3, Углевода-17	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углевода-15, Магний-4	=

Итого за Обед Калорийность-981, Белки-36, Жиры-39,  
Углеводы-102, ВитаминА-52, ВитаминС-20,  
ВитаминРР-5, Натрий-40, Магний-193 **88-05**

Итого за день Калорийность-981, Белки-36, Жиры-39,  
Углеводы-102, ВитаминА-52, ВитаминС-20,  
ВитаминРР-5, Натрий-40, Магний-193

ИП

Протасов Р.О.

Заведующий  
столовой



Бухгалтер

Хотелов И.В.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Модзеверийвич

07.04.2022 (Н. школа 7-11 лет  
(зим-весен), 2шт)

МЕНЮ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
180	Запеканка из творога	Калорийность-510, Белки-2, Жиры-11, Углеводы-29, ВитаминС-1, Магний-40	=
30	Молоко сгущенное	Калорийность-98, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-17	=
50	Печенье	Калорийность-209, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-37, Магний-10	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-3	=
200	Чай с сахаром	Калорийность-40, Углеводы-1, Магний-1	=
Итого за Завтрак		Калорийность-841, Белки-11, Жиры-33, Углеводы-110, ВитаминС-1, Магний-63	=
<u>Обед</u>			
60	Салат из свеклы с чесноком	Калорийность-79, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-9, ВитаминС-2, Магний-10	=
200	Суп картофельный с бобовыми(1-й вариант)	Калорийность-86, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-12, ВитаминС-7, Магний-20	=
90/30	Тефтели из говядины в молочном соусе	Калорийность-262, Белки-13, Жиры-17, Углеводы-10, ВитаминА-21, ВитаминС-4, ВитаминРР-5, Натрий-37, Магний-33	=
150	Каша гречневая рассыпчатая	Калорийность-174, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-16, ВитаминС-2, Магний-14	=
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийность-84, Белки-1, Углеводы-20, Магний-14	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11, Магний-3	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
Итого за Обед		Калорийность-784, Белки-32, Жиры-32, Углеводы-77, ВитаминА-43, ВитаминС-14, ВитаминРР-5, Натрий-37, Магний-172	=
Итого за день		Калорийность-1755, Белки-70, Жиры-70, Углеводы-195, ВитаминА-45, ВитаминС-15, ВитаминРР-5, Натрий-37, Магний-235	110,00

ИП

*Р*

Протасов И.О.

Заведующая  
столовой



Техни-  
технолог

*[Signature]*

Халиуллина С.А.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Славянская средняя школа"

Ф.Г. Модзеринцев

07.04.2022 (Пятиклассники 7-11 лет)

Средняя школа № 1

# Меню ОБЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб.)
<u>Завтрак</u>			
180	Запеканка из творога	Калорийность-510, Белки-29, Жиры-30, Углеводы-28, Витамин С-1, Магний-16	=
30	Молоко сгущенное	Калорийность-98, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-17	=
50	Печенье	Калорийность-209, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-15, Магний-10	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-114, Белки-4, Углеводы-24, Магний-6	=
200	Чай с сахаром	Калорийность-60, Углеводы-15, Магний-0	=
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-971, Белки-38, Жиры-35, Углеводы-110, Витамин С-4, Магний-32	=
<u>Обед</u>			
60	Салат из свеклы с чесноком	Калорийность-19, Белки-1, Жиры-0, Углеводы-5, Витамин С-3, Магний-13	=
200	Суп картофельный с бобовыми(1-й вариант)	Калорийность-86, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-12, Витамин С-7, Магний-20	=
90/30	Тефтели из говядины в молочном соусе	Калорийность-262, Белки-18, Жиры-17, Углеводы-19, Витамин С-9, Магний-28	=
150	Каша гречневая рассыпчатая	Калорийность-174, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-10, Витамин А-24, Магний-39	=
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийность-84, Белки-1, Углеводы-24, Магний-14	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-72, Белки-2, Углеводы-10	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-704, белки-32, жиры-32, Углеводы-77, Витамин А-45, Витамин С-14, Витамин РР-5, Натрий-37, Магний-172	=
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 755, Белки-70, Жиры-70, Углеводы-195, Витамин А-45, Витамин С-15, Витамин РР-5, Натрий-37, Магний-235	<b>116-52</b>

ИП

*[Signature]*

Подпись \_\_\_\_\_



Взнос \_\_\_\_\_

*[Signature]*

Подпись \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савицкая"

О.Г. Модзгерийская



07.04.2022 (пятница) 7 класс  
(зим-весен), 2шт

# Меню ОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эл. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
180	Запеканка из творога	Калорийность-510, Белки-29, Жиры-30, Углеводы-29, ВитаминС-1, Магний-46	=
30	Молоко сгущенное	Калорийность-98, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-17	=
50	Печенье	Калорийность-209, Белки-1, Жиры-7, Углеводы-37, Магний-10	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-29, Магний-3	=
200	Чай с сахаром	Калорийность-60, Углеводы-15, Магний-1	=
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-971, Белки-35, Жиры-33, Углеводы-118, ВитаминС-1, Магний-67	=
<b>Обед</b>			
60	Салат из свеклы с чесноком	Калорийность-79, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-5, ВитаминС-3, Магний-13	=
200	Суп картофельный с бобовыми(1-й вариант)	Калорийность-86, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-12, ВитаминС-7, Магний-20	=
90/30	Тефтели из говядины в молочном соусе	Калорийность-262, Белки-18, Жиры-17, Углеводы-16, ВитаминА-34, ВитаминС-1, ВитаминРР-5, Натрий-37, Магний-31	=
150	Каша гречневая рассыпчатая	Калорийность-174, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-10, ВитаминА-24, Магний-49	=
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийность-84, Белки-1, Углеводы-20, Магний-14	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-100, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-20, Магний-3	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-784, Белки-32, Жиры-32, Углеводы-77, ВитаминА-45, ВитаминС-14, ВитаминРР-5, Натрий-37, Магний-172	=
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1755, Белки-70, Жиры-70, Углеводы-195, ВитаминА-45, ВитаминС-15, ВитаминРР-5, Натрий-72	116-52

ИП

*Р*

Протасов Р.О.

Заведующая столовой



Технический персонал

*С.П.*

Халиуллина С.П.



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАДОУ "Совиная средняя школа"

О.Г. Модзертская

07.04.2022 (Пятница 7-11 лет  
(зим-весен), 2мп)

## Меню 7-11 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эл. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Обед</u>			
60	Салат из свеклы с чесноком	Калорийность-79, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-5, ВитаминС-3, Магний-13	=
200	Суп картофельный с бобовыми(1-и вариант)	Калорийность-176, Белки-4, Жиры-1,4, Углеводы-12, ВитаминС-1, Магний-29	=
90/30	Тефтели из говядины в молочном соусе	Калорийность-262, Белки-18, Жиры-17, Углеводы-10, ВитаминА-21, ВитаминС-4, ВитаминРР-5, Натрий-37, Магний-33	=
150	Каша гречневая рассыпчатая	Калорийность-174, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-10, ВитаминА-24, Магний-19	=
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийность-84, Белки-1, Углеводы-20, Магний-14	=
30	Хлеб ржисной	Калорийность-75, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-13, ВитаминС-1, Магний-1	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=

Итого за Обед Калорийность-784, Белки-32, Жиры-32, Углеводы-77, ВитаминА-45, ВитаминС-11, ВитаминРР-5, Натрий-37, Магний-112 78-52

Итого за день Калорийность-1755, Белки-70, Жиры-70, Углеводы-197, ВитаминА-74, ВитаминС-14, ВитаминРР-5, Натрий-37, Магний-211

ИП

Протасов Р.О.

Заведующая  
столовой

Техник-  
технолог

Халиуллина С.П.



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Модзириничи

07.04.2022 (Школа 7-11 лет)

(срок - один) 2 лет

# Меню 7-11 лет

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Обед</u>			
60	Салат из свеклы с чесноком	Калорийность-70, Белки-1, Жиры-0, Углеводы-5, ВитаминС-3, Магний-13	=
200	Суп картофельный с бобовыми(1-й вариант)	Калорийность-86, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-12, ВитаминС-7, Магний-20	=
90/30	Тефтели из говядины в молочном соусе	Калорийность-262, Белки-18, Жиры-17, Углеводы-16, ВитаминА-21, ВитаминС-4, ВитаминРР-5, Натрий-17, Магний-14	=
150	Каша гречневая рассыпчатая	Калорийность-174, Белки-6, Жиры-6, углеводы-10, ВитаминА-24, магний-69	=
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийность-84, Белки-1, Углеводы-20, Магний-14	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-11, Магний-2	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-674, Белки-52, Жиры-32, Углеводы-77, ВитаминА-45, ВитаминС-14, ВитаминРР-5, Натрий-37, Магний-114	<b>78-52</b>

**Итого за день** Калорийность-1 755, Белки-70, Жиры-70, Углеводы-195, ВитаминА-45, ВитаминС-15, ВитаминРР-5, Натрий-37, Магний-245

ИП

*[Signature]*

Протокол №

Заведующий столовой



*[Signature]*

Дата

*[Signature]*

Подпись

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Модзаришвили

07.04.2022 (П.школа 7-11 лет

(31М-врсен), 2шт)

## Меню 7-11 лет

Выход (г)	Наименование блюда	Энергетическая ценность (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Обед</u>			
60	Салат из свеклы с чесноком	Калорийность-79, Белки-1, Жиры-0, Углеводы-3, ВитаминС-3, Магний-1	=
200	Суп картофельный с бобовыми(1-й вариант)	Калорийность-86, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-12, ВитаминС-7, Магний-20	=
90/30	Тефтели из говядины в молочном соусе	калорийность-202, белки-10, жиры-17, Углеводы-10, ВитаминА-21, ВитаминС-4, ВитаминРР-5, Натрий-37, Магний-33	=
150	Каша гречневая рассыпчатая	Калорийность-174, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-10, ВитаминА-24, Магний-39	=
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийность-84, Белки-1, Углеводы-20, Магний-14	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Жиры-0, Углеводы-11	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Жиры-0, Углеводы-10, Магний-3	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-784, Белки-42, Жиры-34, Углеводы-77, ВитаминА-45, ВитаминС-14, ВитаминРР-3, Натрий-37, Магний-112	<b>78-52</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1135, Белки-60, Жиры-70, Углеводы-195, ВитаминА-45, ВитаминС-17, ВитаминРР-5, Натрий-37, Магний-215	

ИП

*P*

Протасов Р.О.

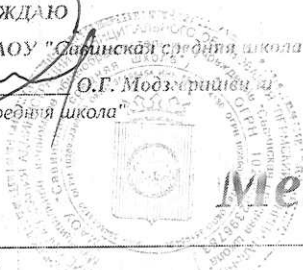
Заведующая

*S*

Техник

*af*

Халиуллина С.И.



## Меню с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Обед</u>			
100	<b>Салат из квашеной капусты с яблоками</b>	Калорийность-117, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-9, Витамины-аскорбиновая кислота	=
250	<b>Борщ с капустой и картофелем</b>	Калорийность-95, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-11, ВитаминС-10, Магний-16	=
200	<b>Плов из отварной птицы</b>	Калорийность-389, Белки-20, Жиры-23, Углеводы-26, ВитаминА-78, ВитаминС-1, Магний-36	=
200	<b>Компот из яблок и ягод замороженных</b>	Калорийность-45, Углеводы-11, ВитаминС-9, Магний-4	=
40	<b>Хлеб ржачой</b>	Калорийность-70, Белки-3, Жиры-1,1, Магний-1	=
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-786, Белки-28, Жиры-38, Углеводы-81, ВитаминА-78, ВитаминС-33, Магний-82	<b>88-05</b>

**Итого за день** Калорийность-786, Белки-28, Жиры-38, Углеводы-81, ВитаминА-78, ВитаминС-33, Магний-82

ИП

*Р*

Протасов Р.О.

Заведующая столовой



Технич. персонал

*асф*

Хитручалова Е.А.

МАОУ УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

08.04.2022 (С.школа с 12 лет и старше

О.Г. Моджухина  
"Савинская средняя школа"

с.10-десен). 2шт)

## Меню с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	питания (руб)
<u>Обед</u>			
100	Салат из квашеной капусты с яблоками	Калорийность-117, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-5, ВитаминС-15, Магний-12	=
250	Борщ с капустой и картофелем	Калорийность-95, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-12, ВитаминС-10, Магний-10	=
200	Плов из отварной птицы	Калорийность-389, Белки-20, Жиры-23, Углеводы-26, ВитаминА-78, ВитаминС-1, Магний-36	=
200	Компот из яблок и ягод замороженных	Калорийность-45, Углеводы-11, ВитаминС-9, Магний-4	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-12	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-12, Магний-4	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-786, Белки-28, Жиры-38, Углеводы-81, ВитаминА-78, ВитаминС-35, Магний-82	<b>88-05</b>

**Итого за день** Калорийность-786, Белки-28, Жиры-38, Углеводы-81, ВитаминА-78, ВитаминС-35, Магний-82

ИП

Р

Протокол Р.О.



технолог

ж

МАОУ УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа" О.Г. Мозырина

"Савинская средняя школа"

03.04.2022 (С. школы с 12 лет и старше (зим-весен), 2шт)

# Меню с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	н. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Обед</u>			
100	Салат из квашеной капусты с яблоками	Калорийность-117, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-5, ВитаминС-15, Магний-12	-
250	Борщ с капустой и картофелем	Калорийность-75, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-11, ВитаминС-10, Магний-26	=
200	Плов из отварной птицы	Калорийность-389, Белки-20, Жиры-23, Углеводы-26, ВитаминА-78, ВитаминС-1, Магний-36	=
200	Компот из яблок и ягод замороженных	Калорийность-15, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-9, Магний-4	-
40	Хлеб ржаной	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-786, Белки-28, Жиры-38, Углеводы-81, ВитаминА-78, ВитаминС-35, Магний-82	<b>88-05</b>

ИП

7

Протокол Р.О.

Заведующий столовой



Безопасность

ас

Учитель физ. культуры

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Сивинская средняя школа"

Ф.Г. Модзгаринич

07.04.2022 (Н.школа 7-11 лет  
(зим-весен), 2шт)

МЕНЮ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
180	Запеканка из творога	Калорийность-110, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-29, ВитаминС-1, Магний-40	=
30	Молоко сгущенное	Калорийность-98, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-17	=
50	Печенье	Калорийность-209, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-37, Магний-10	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
200	Чай с сахаром	Калорийность-40, Углеводы-10, Магний-1	=
Итого за Завтрак		Калорийность-481, Белки-18, Жиры-15, Углеводы-118, ВитаминС-1, Магний-63	=
<u>Обед</u>			
60	Салат из свеклы с чесноком	Калорийность-79, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-9, ВитаминС-9, Магний-10	=
200	Суп картофельный с бобовыми(1-й вариант)	Калорийность-86, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-12, ВитаминС-7, Магний-20	=
90/30	Тефтели из говядины в молочном соусе	Калорийность-262, Белки-18, Жиры-17, Углеводы-10, ВитаминА-21, ВитаминС-4, ВитаминРР-5, Натрий-37, Магний-33	=
150	Коша гречневая рассыпчатая	Калорийность-174, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-10, ВитаминА-17, ВитаминС-10, В	=
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийность-84, Белки-1, Углеводы-20, Магний-14	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-72, Белки-2, Углеводы-16	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
Итого за Обед		Калорийность-784, Белки-32, Жиры-32, Углеводы-77, ВитаминА-45, ВитаминС-14, ВитаминРР-5, Натрий-37, Магний-172	=
Итого за день		Калорийность-1265, Белки-70, Жиры-70, Углеводы-195, ВитаминА-45, ВитаминС-15, ВитаминРР-5, Натрий-37, Магний-235	110,53

ИП

Р

Протасов Р.О.

Заведующая  
столовой



Техник-  
технолог

[Signature]

Хаввуличина Л.А.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

Ф.Г. Модзурицкий

07.04.2022 (П.школа 7-11 лет)

11-классу 2-а

# Меню ОБЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эл. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
180	Запеканка из творога	Калорийность-510, Белки-29, Жиры-30, Углеводы-29, Витамин С-1, Магний-10	=
30	Молоко сгущенное	Калорийность-98, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-17	=
50	Печенье	Калорийность-209, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-17, Магний-10	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-234, Белки-4, Жиры-2, Магний-6	=
200	Чай с сахаром	Калорийность-60, Углеводы-15, Магний-	=
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-971, Белки-39, Жиры-39, Углеводы-118, ВитаминС-1, магний-35	=
<u>Обед</u>			
60	Салат из свеклы с чесноком	Калорийность-79, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-5, ВитаминС-3, Магний-13	=
200	Суп картофельный с бобовыми(1-й вариант)	Калорийность-86, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-12, ВитаминС-7, Магний-20	=
90/30	Тефтели из говядины в молочном соусе	Калорийность-262, Белки-18, Жиры-17, Углеводы-10, ВитаминА-21, ВитаминС-10, ВитаминРР-5, Натрий-37, Магний-22	=
150	Каша гречневая рассыпчатая	Калорийность-124, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-10, ВитаминА-24, Магний-49	=
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийность-84, Белки-1, Углеводы-20, Магний-14	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-72, Белки-2, Углеводы-16	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-9, Магний-3	=
<b>Итого за Обед</b>		калорийность-784, белки-32, жиры-52, Углеводы-77, ВитаминА-45, ВитаминС-14, ВитаминРР-5, Натрий-37, Магний-172	=
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1755, Белки-70, Жиры-70, Углеводы-195, ВитаминА-45, ВитаминС-15, ВитаминРР-5, Натрий-37, Магний-235	<b>116-52</b>

ИП

*Р*

Подпись



Подпись

*С*

Подпись



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савицкий"

О.Г. Модзерийская

07.04.2022 (пятница) 7 класс  
(зим-весен), 2шт

# Меню ОБЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эл. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
180	Запеканка из творога	Калорийность-510, Белки-29, Жиры-30, Углеводы-29, ВитаминС-1, Магний-46	=
30	Молоко сгущенное	Калорийность-98, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-17	=
50	Печенье	Калорийность-409, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-37, Магний-10	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-84, Белки-3, Углеводы-20, Магний-14	=
200	Чай с сахаром	Калорийность-60, Углеводы-17, Магний-1	=
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-971, Белки-33, Жиры-33, Углеводы-118, ВитаминС-1, Магний-67	=
<b>Обед</b>			
60	Салат из свеклы с чесноком	Калорийность-79, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-5, ВитаминС-3, Магний-13	=
200	Суп картофельный с бобовыми(1-й вариант)	Калорийность-86, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-12, ВитаминС-7, Магний-20	=
90/30	Тефтели из говядины в молочном соусе	Калорийность-262, Белки-18, Жиры-17, Углеводы-21, ВитаминА-21, ВитаминС-15, ВитаминРР-5, Натрий-37, Магний-33	=
150	Каша гречневая рассыпчатая	Калорийность-174, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-10, ВитаминА-24, Магний-39	=
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийность-84, Белки-1, Углеводы-20, Магний-14	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-107, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-23, Магний-3	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-17, Белки-2, Углеводы-13, Магний-3	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-784, Белки-32, Жиры-32, Углеводы-77, ВитаминА-45, ВитаминС-14, ВитаминРР-5, Натрий-37, Магний-172	=
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1755, Белки-70, Жиры-70, Углеводы-195, ВитаминА-45, ВитаминС-15, ВитаминРР-5, Натрий-37, Магний-189	116-52

ИП

Протасов Р.О.

Заведующая столовой

Техник-технолог

Халиуллина С.П.



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Совицкая средняя школа"

О.Г. Модзертская

07.04.2022 (Школа 7-11 лет)

(зим-весен), 2чп)

## Меню 7-11 лет

Выход (г)	Наименование блюда	пи. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Обед</u>			
60	Салат из свеклы с чесноком	Калорийность-79, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-5, ВитаминС-3, Магний-13	=
200	Суп картофельный с овощными(1-и вариант)	Калорийность-116, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-22, ВитаминС-13, Магний-20	=
90/30	Тефтели из говядины в молочном соусе	Калорийность-262, Белки-18, Жиры-17, Углеводы-10, ВитаминА-21, ВитаминС-4, ВитаминРР-5, Натрий-37, Магний-33	=
150	Каша гречневая рассыпчатая	Калорийность-174, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-10, ВитаминА-24, Магний-39	=
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийность-84, Белки-1, Углеводы-20, Магний-14	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-77, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-14, Магний-3	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=

Итого за Обед

Калорийность-784, Белки-32, Жиры-32, Углеводы-77, ВитаминА-25, ВитаминС-11, ВитаминРР-5, Натрий-37, Магний-112

78-52

Итого за день

Калорийность-1755, Белки-70, Жиры-70, Углеводы-127, ВитаминА-47, ВитаминС-11, ВитаминРР-5, Натрий-37, Магний-112

ИП

*[Signature]*

Протасов Р.О.

Заведующая столовой

*[Signature]*

Технический

*[Signature]*

Халиуллина С.П.



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Модзирявичи

07.04.2022 (П.школа 7-11 лет)

(суб-завед) 2 шт

# Меню 7-11 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эй. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витаминны (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Обед</u>			
60	Салат из свеклы с чесноком	Калорийность-78, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-5, ВитаминС-3, Магний-13	=
200	Суп картофельный с бобовыми(1-й вариант)	Калорийность-26, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-12, ВитаминС-7, Магний-20	=
90/30	Тефтели из говядины в молочном соусе	Калорийность-262, Белки-18, Жиры-17, Углеводы-16, ВитаминА-21, ВитаминС-4, ВитаминРР-5, Натрий-37, Магний-13	=
150	Каша гречневая рассыпчатая	Калорийность-174, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-10, ВитаминА-24, Магний-69	=
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийность-84, Белки-1, Углеводы-20, Магний-14	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-17, Белки-2, Углеводы-13, Магний-2	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-54, Белки-2, Жиры-12, Углеводы-77, ВитаминА-45, ВитаминС-14, ВитаминРР-5, Натрий-37, Магний-117	<b>78-52</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 755, Белки-70, Жиры-70, Углеводы-197, ВитаминА-45, ВитаминС-15, ВитаминРР-5, Натрий-37, Магний-117	

ИП

Протокол № 01

Заведующий столовой



ИП

Учитель

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Модзоришвили

07.04.2022 (П.школа 7-11 лет  
 (зим-весен), 2чт)

## Меню 7-11 лет

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Обед</u>			
60	Салат из свеклы с чесноком	Калорийность-79, Белки-1, Жиры-0, Углеводы-3, ВитаминС-1, Магний-0	=
200	Суп картофельный с бобовыми(1-й вариант)	Калорийность-86, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-12, ВитаминС-7, Магний-20	=
90/30	Тефтели из говядины в молочном соусе	Калорийность-202, Белки-10, Жиры-17, Углеводы-10, ВитаминА-21, ВитаминС-4, ВитаминРР-5, Натрий-37, Магний-33	=
150	Каша гречневая рассыпчатая	Калорийность-174, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-10, ВитаминА-24, Магний-89	=
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийность-84, Белки-1, Углеводы-20, Магний-14	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-72, Белки-2, Углеводы-13	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-87, Белки-2, Углеводы-14, Магний-3	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-84, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-77, ВитаминА-45, ВитаминС-14, ВитаминРР-5, Натрий-37, Магний-132	<b>78-52</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-235, Белки-39, Жиры-30, Углеводы-195, ВитаминА-45, ВитаминС-17, ВитаминРР-5, Натрий-37, Магний-235	

ИП Р Протасов Р.О.

Заведующая

AS

Техник

aj

Халиуллина С.Н.

МАОУ УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинской средней школы"

О.Г. Модзерина  
"Савинская средняя школа"

08.04.2022 (С.школа с 12 лет и старше  
(зим-весен), 2шт)

## Меню с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эл. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Обед</u>			
100	Салат из квашеной капусты с яблоками	Калорийность-117, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-8, витаминС-20, Магний-16	=
250	Борщ с капустой и картофелем	Калорийность-95, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-11, ВитаминС-10, Магний-16	=
200	Плов из отварной птицы	Калорийность-389, Белки-20, Жиры-23, Углеводы-26, ВитаминА-78, ВитаминС-1, Магний-36	=
200	Компот из яблок и ягод замороженных	Калорийность-45, Углеводы-11, ВитаминС-9, Магний-4	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-78, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-15, Магний-1	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-1	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-786, Белки-28, Жиры-38, Углеводы-81, ВитаминА-78, ВитаминС-35, Магний-82	<b>88-05</b>

**Итого за день** Калорийность-786, Белки-28, Жиры-38,  
Углеводы-81, ВитаминА-78, ВитаминС-35,  
Магний-82

ИП



Протопасов Р.О.

Заведующая  
столовой



Техник  
технолог



Хитунда Анастасия

МАОУ УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Мещеряков  
"Савинская средняя школа"

08.04.2022 (С.школа с 12 лет и старше  
с 12-13 лет). 2шт)

## Меню с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	питания (руб)
<u>Обед</u>			
100	Салат из квашеной капусты с яблоками	Калорийность-117, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-5, ВитаминС-15, Магний-12	=
250	Борщ с капустой и картофелем	Калорийность-95, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-22, ВитаминС-10, Магний-10	=
200	Плов из отварной птицы	Калорийность-789, Белки-29, Жиры-33, Углеводы-26, ВитаминА-73, ВитаминС-1, Магний-36	=
200	Компот из яблок и ягод замороженных	Калорийность-45, Углеводы-11, ВитаминС- 9, Магний-4	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-15, Жиры-1, ВитаминС-1, Магний-1	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Жиры-1, ВитаминС-1, Магний-4	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-786, Белки-28, Жиры-38, Углеводы-81, ВитаминА-73, ВитаминС-37, Магний-82	<b>88-05</b>

**Итого за день** Калорийность-786, Белки-28, Жиры-38,  
Углеводы-81, ВитаминА-73, ВитаминС-37,  
Магний-82

ИП

Р

Протокол Р.О.



технолог

ж

11.04.2022

МАОУ УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Совинская средняя школа"

О.Г. Мозырина

"Совинская средняя школа"



08.04.2022 (С. школьники 12 лет и старше (зим-весен), 2шт)

# Меню с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	н. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Обед</u>			
100	Салат из квашеной капусты с яблоками	Калорийность-117, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-5, ВитаминС-15, Магний-12	=
250	Борщ с капустой и картофелем	Калорийность-73, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-11, ВитаминС-19, Магний-26	=
200	Плов из отварной птицы	Калорийность-389, Белки-20, Жиры-23, Углеводы-26, ВитаминА-78, ВитаминС-1, Магний-36	=
200	Компот из яблок и ягод замороженных	Калорийность-15, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-9, Магний-4	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-786, Белки-28, Жиры-38, Углеводы-81, ВитаминА-78, ВитаминС-35, Магний-82	<b>88-05</b>

ИП

7

Протасов Р.О.

Заведующий столовой



Техник

ас

Учитель физ. пед.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Мобезериничи

08.04.2022 (П.школа 7-11 лет (зим-весен), 2шт)

# Меню ОБЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), жиры (г)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
40	Яйца вареные	Калорийность-63, Белки-5, Жиры-5, Магний-5	=
45	Бутерброд с сыром (1-й вариант)	Калорийность-149, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-10, Витамин А-62, Магний-14	=
200	Каша пшеничная молочная жидкая	Калорийность-181, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-37, Витамин А-27, Магний-28	=
50	Хлеб пшеничный	Калорийность-151, Белки-4, Углеводы-31, Магний-7	=
200	Чай каркаде	Калорийность-56, Углеводы-14, Витамин А-3	=
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-567, Белки-21, Жиры-20, Углеводы-75, Витамин А-102, Витамин С-1, Магний-54	=
<u>Обед</u>			
60	Салат из квашеной капусты с яблоками	Калорийность-46, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-3, Витамин С-9, Магний-7	=
200	Борщ с капустой и картофелем	Калорийность-76, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-9, Витамин С-8, Магний-21	=
180	Плов из отварной птицы	Калорийность-350, Белки-19, Жиры-21, Углеводы-23, Витамин А-71, Витамин С-1, Магний-24	=
200	Компот из яблок и ягод замороженных	Калорийность-45, Углеводы-11, Витамин С-9, Магний-4	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10, Магний-2	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-11, Магний-2	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-640, Белки-29, Жиры-33, Углеводы-66, Витамин А-71, Витамин С-17, Магний-67	=
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1207, Белки-45, Жиры-50, Углеводы-141, Витамин А-173, Витамин С-18, Магний-121	<b>116-52</b>

ИП

*Р*

Протасов П.О.

Заведующая столовой



Кухня

*af*

Утверждаю