

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Саянская средняя школа"

О.Г. Модзеришвили

23.10.2023 (Н.школа 7-11 лет
(летне-осенний), 2пн)

Меню с 7-11 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
45	Бутерброд с сыром	Калорийность-153, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-10, Магний-13	=
200	Каша пшеничная молочная жидкая	Калорийность-200, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-29, ВитаминА-37, ВитаминС-1, Магний-37	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
200	Чай с сахаром	Калорийность-38, Углеводы-9, Магний-4	=
100	Фрукты свежие	Калорийность-44, Углеводы-10, ВитаминС- 7, Магний-9	=
Итого за Завтрак		Калорийность-482, Белки-15, Жиры-17, Углеводы-68, ВитаминА-37, ВитаминС-8, Магний-66	91-76
Обед			
60	Икра кабачковая (промышленного производства)	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-5, ВитаминС-4, Магний-9	=
200/5	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	Калорийность-66, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6, ВитаминС-15, Магний-18	=
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	Сок фруктовый	Калорийность-86, Белки-1, Углеводы-20, ВитаминС-4, Магний-8	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10, Магний-14	=
Итого за Обед		Калорийность-767, Белки-27, Жиры-30, Углеводы-95, ВитаминС-25, Магний-104	91-76
Итого за день		Калорийность-1 248, Белки-42, Жиры-47, Углеводы-163, ВитаминА-37, ВитаминС-33, Магний-170	



М.П. Р.О. Простаква

Заведующая
столовой _____

Техник-технолог _____

Халиуллова С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Саянская средняя школа"

О.Г. Модзгаркишили

23.10.2023 (Н.школа 7-11 лет
(летне-осенний), 2пн)

Меню ОВЗ с 7-11 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
45	Бутерброд с сыром	Калорийность-153, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-10, Магний-13	=
200	Каша пшеничная молочная жидкая	Калорийность-200, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-29, ВитаминА-37, ВитаминС-1, Магний-37	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
200	Чай с сахаром	Калорийность-38, Углеводы-9, Магний-4	=
100	Фрукты свежие	Калорийность-44, Углеводы-10, ВитаминС-7, Магний-9	=
Итого за Завтрак		Калорийность-482, Белки-15, Жиры-17, Углеводы-68, ВитаминА-37, ВитаминС-8, Магний-66	=
Обед			
60	Икра кабачковая (промышленного производства)	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-5, ВитаминС-4, Магний-9	=
200/5	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	Калорийность-66, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-6, ВитаминС-15, Магний-18	=
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	Сок фруктовый	Калорийность-86, Белки-1, Углеводы-20, ВитаминС-4, Магний-8	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10, Магний-14	=
Итого за Обед		Калорийность-767, Белки-27, Жиры-30, Углеводы-95, ВитаминС-25, Магний-104	=
Итого за день		Калорийность-1 248, Белки-42, Жиры-47, Углеводы-163, ВитаминА-37, ВитаминС-33, Магний-170	136-18



Заведующая столовой _____

Техник-технолог _____

Халуллаева С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Славянская средняя школа"

О.Г. Майданович

23.10.2023 (С.школа с12 лет и старше
(летне-осенний), 2пн)**Меню с12 лет и старше**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
45	Бутерброд с сыром	Калорийность-153, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-10, Магний-13	=
200	Каша пшеничная молочная жидкая	Калорийность-200, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-29, ВитаминА-37, ВитаминС-1, Магний-37	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
200	Чай с сахаром	Калорийность-38, Углеводы-9, Магний-4	=
100	Фрукты свежие	Калорийность-44, Углеводы-10, ВитаминС-7, Магний-9	=
Итого за Завтрак		Калорийность-482, Белки-15, Жиры-17, Углеводы-68, ВитаминА-37, ВитаминС-8, Магний-66	102-89
Обед			
100	Икра кабачковая (промышленного производства)	Калорийность-119, Белки-2, Жиры-9, Углеводы-8, ВитаминС-7, Магний-15	=
250/10	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	Калорийность-83, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-8, ВитаминС-18, Магний-22	=
100	Котлеты из говядины	Калорийность-286, Белки-18, Жиры-18, Углеводы-14, Магний-26	=
180	Рис с овощами	Калорийность-214, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-38, ВитаминС-2, Магний-35	=
200	Сок фруктовый	Калорийность-86, Белки-1, Углеводы-20, ВитаминС-4, Магний-8	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10, Магний-14	=
Итого за Обед		Калорийность-903, Белки-32, Жиры-39, Углеводы-108, ВитаминС-31, Магний-124	102-89
Итого за день		Калорийность-1385, Белки-47, Жиры-56, Углеводы-176, ВитаминА-37, ВитаминС-39, Магний-190	

ИП

Р.О. Прохоров

Заведующая
столовойТехник-
технолог

Хажмуллина С.П.



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Модзеаршвили

23.10.2023 (С.школа с12 лет и старше
(летне-осенний), 2пн)**Меню ОВЗ с12 лет и старше**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
45	Бутерброд с сыром	Калорийность-153, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-10, Магний-13	=
200	Каша пшенная молочная жидкая	Калорийность-200, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-29, ВитаминА-37, ВитаминС-1, Магний-37	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
200	Чай с сахаром	Калорийность-38, Углеводы-9, Магний-4	=
100	Фрукты свежие	Калорийность-44, Углеводы-10, ВитаминС- 7, Магний-9	=
Итого за Завтрак		Калорийность-482, Белки-15, Жиры-17, Углеводы-68, ВитаминА-37, ВитаминС-8, Магний-66	=
Обед			
100	Икра кабачковая (промышленного производства)	Калорийность-119, Белки-2, Жиры-9, Углеводы-8, ВитаминС-7, Магний-15	=
250/10	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	Калорийность-99, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-8, ВитаминС-18, Магний-23	=
100	Котлеты из говядины	Калорийность-286, Белки-18, Жиры-18, Углеводы-14, Магний-26	=
180	Рис с овощами	Калорийность-214, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-38, ВитаминС-2, Магний-35	=
200	Сок фруктовый	Калорийность-108, Белки-1, Углеводы-25, ВитаминС-5, Магний-10	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10, Магний-14	=
Итого за Обед		Калорийность-925, Белки-32, Жиры-39, Углеводы-113, ВитаминС-32, Магний-126	=
Итого за день		Калорийность-1 936, Белки-55, Жиры-66, Углеводы-283, ВитаминА-37, ВитаминС-41, Магний-214	157-18

Заведующая
столовой _____Инженер-
технолог _____

Хамулина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Светская средняя школа"

О.Г. Модзвириницки

24.10.2023 (Н.школа 7-11 лет
летне-осенний), 2вт)

Меню с 7-11 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
60	Овощи консервированные отварные (зеленый горошек)	Калорийность-38, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-3, ВитаминА-11, ВитаминС-1, Магний-11	=
90	Кнели из птицы с рисом	Калорийность-240, Белки-15, Жиры-17, Углеводы-6, ВитаминА-76, ВитаминС-1, Магний-20	=
150	Каша гречневая рассыпчатая	Калорийность-174, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-10, ВитаминА-24, Магний-89	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
200	Чай с лимоном	Калорийность-40, Углеводы-10, ВитаминС-1, Магний-5	=
Итого за Завтрак		Калорийность-586, Белки-26, Жиры-25, Углеводы-49, ВитаминА-111, ВитаминС-3, Магний-131	91-76
Обед			
60	Овощи натуральные (помидоры)	Калорийность-14, Белки-1, Углеводы-2, ВитаминС-15, Магний-12	=
200/5	Свекольник со сметаной	Калорийность-78, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-10, ВитаминС-7, Магний-25	=
90	Биточки рыбные	Калорийность-102, Белки-13, Жиры-2, Углеводы-9, Магний-21	=
150	Пюре картофельное	Калорийность-102, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-9, ВитаминА-30, ВитаминС-4, Магний-25	=
200	Компот из свежих плодов и ягод	Калорийность-46, Углеводы-11, ВитаминС-1, Магний-2	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10, Магний-14	=
Итого за Обед		Калорийность-449, Белки-23, Жиры-13, Углеводы-61, ВитаминА-30, ВитаминС-27, Магний-102	91-76
Итого за день		Калорийность-1 035, Белки-49, Жиры-38, Углеводы-110, ВитаминА-141, ВитаминС-30, Магний-233	

Заведующая
столовой _____

Техник-технолог _____

Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Славянская средняя школа"

О.Р. Модернишвили

24.10.2023 (Н.школа 7-11 лет
(летне-осенний), 2вт)**Меню ОБЗ с 7-11 лет**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
60	Овощи консервированные отварные (зеленый горошек)	Калорийность-38, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-3, ВитаминА-11, ВитаминС-1, Магний-11	=
90	Кнели из птицы с рисом	Калорийность-240, Белки-15, Жиры-17, Углеводы-6, ВитаминА-76, ВитаминС-1, Магний-20	=
150	Каша гречневая рассыпчатая	Калорийность-174, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-10, ВитаминА-24, Магний-89	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
200	Чай с лимоном	Калорийность-40, Углеводы-10, ВитаминС-1, Магний-5	=
Итого за Завтрак		Калорийность-586, Белки-26, Жиры-25, Углеводы-49, ВитаминА-111, ВитаминС-3, Магний-131	=
Обед			
60	Овощи натуральные (помидоры)	Калорийность-14, Белки-1, Углеводы-2, ВитаминС-15, Магний-12	=
200/5	Свекольник со сметаной	Калорийность-78, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-10, ВитаминС-7, Магний-25	=
90	Биточки рыбные	Калорийность-102, Белки-13, Жиры-2, Углеводы-9, Магний-21	=
150	Пюре картофельное	Калорийность-102, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-9, ВитаминА-30, ВитаминС-4, Магний-25	=
200	Компот из свежих плодов и ягод	Калорийность-46, Углеводы-11, ВитаминС-1, Магний-2	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10, Магний-14	=
Итого за Обед		Калорийность-449, Белки-23, Жиры-13, Углеводы-61, ВитаминА-30, ВитаминС-27, Магний-102	=
Итого за день		Калорийность-1 035, Белки-49, Жиры-38, Углеводы-110, ВитаминА-141, ВитаминС-30, Магний-233	136-18

Заведующая
столовой _____

Техник-технолог _____

Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Светловская средняя школа"

О.Г. Мозырева

24.10.2023 (С.школа с12 лет и старше
(летне-осенний), 2вт)**Меню с12 лет и старше**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
100	Овощи консервированные отварные (зеленый горошек)	Калорийность-64, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-5, ВитаминА-18, ВитаминС-2, Магний-18	=
100	Кнели из птицы с рисом	Калорийность-267, Белки-17, Жиры-19, Углеводы-7, ВитаминА-84, ВитаминС-1, Магний-22	=
180	Каша гречневая рассыпчатая	Калорийность-208, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-12, ВитаминА-29, Магний-106	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
200	Чай с лимоном	Калорийность-40, Углеводы-10, ВитаминС- 1, Магний-5	=
Итого за Завтрак		Калорийность-673, Белки-30, Жиры-30, Углеводы-54, ВитаминА-131, ВитаминС-4, Магний-157	102-89
Обед			
100	Овощи натуральные (помидоры)	Калорийность-24, Белки-1, Углеводы-4, ВитаминС-25, Магний-20	=
250/10	Свекольник со сметаной	Калорийность-97, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-12, ВитаминС-9, Магний-31	=
100	Биточки рыбные	Калорийность-113, Белки-14, Жиры-2, Углеводы-10, Магний-23	=
180	Пюре картофельное	Калорийность-122, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-11, ВитаминА-36, ВитаминС-5, Магний-30	=
200	Компот из свежих плодов и ягод	Калорийность-46, Углеводы-11, ВитаминС- 1, Магний-2	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10, Магний-14	=
Итого за Обед		Калорийность-518, Белки-25, Жиры-15, Углеводы-68, ВитаминА-36, ВитаминС-40, Магний-124	102-89
Итого за день		Калорийность-1 191, Белки-55, Жиры-45, Углеводы-122, ВитаминА-167, ВитаминС- 44, Магний-281	



И.О. Востасов

Заведующий
столовой _____Техник-
технолог _____

Халиуллина С.П.

УТВЕРЖАЮ

Директор МАОУ "Славинская средняя школа"

О.Г. Мотыришвили

24.10.2023 (С.школа с12 лет и старше
(летне-осенний), 2вт)**Меню ОВЗ с12 лет и старше**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
100	Овощи консервированные отварные (зеленый горошек)	Калорийность-64, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-5, ВитаминА-18, ВитаминС-2, Магний-18	=
100	Кнели из птицы с рисом	Калорийность-267, Белки-17, Жиры-19, Углеводы-7, ВитаминА-84, ВитаминС-1, Магний-22	=
180	Каша гречневая рассыпчатая	Калорийность-208, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-12, ВитаминА-29, Магний-106	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
200	Чай с лимоном	Калорийность-40, Углеводы-10, ВитаминС- 1, Магний-5	=
Итого за Завтрак		Калорийность-673, Белки-30, Жиры-30, Углеводы-54, ВитаминА-131, ВитаминС-4, Магний-157	=
Обед			
100	Овощи натуральные (помидоры)	Калорийность-24, Белки-1, Углеводы-4, ВитаминС-25, Магний-20	=
250/10	Свекольник со сметаной	Калорийность-97, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-12, ВитаминС-9, Магний-31	=
100	Биточки рыбные	Калорийность-113, Белки-14, Жиры-2, Углеводы-10, Магний-23	=
180	Пюре картофельное	Калорийность-122, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-11, ВитаминА-36, ВитаминС-5, Магний-30	=
200	Компот из свежих плодов и ягод	Калорийность-46, Углеводы-11, ВитаминС- 1, Магний-2	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10, Магний-14	=
Итого за Обед		Калорийность-518, Белки-25, Жиры-15, Углеводы-68, ВитаминА-36, ВитаминС-40, Магний-124	=
Итого за день		Калорийность-1 655, Белки-67, Жиры-55, Углеводы-202, ВитаминА-168, ВитаминС- 56, Магний-321	157-18



И.О. Протасова

Заведующая
столовой _____Инженер-
технолог _____

Халкулина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

Структурное подразделение МАОУ "Соколовская средняя школа"

О.Г. Модзгвишвили

25.10.2023 (Н.школа 7-11 лет
(летне-осенний), 2ср)

Меню с 7-11 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
15	Сыр сычужный твердый порциями	Калорийность-52, Белки-4, Жиры-4, Магний-89	=
200	Каша рисовая молочная жидкая	Калорийность-215, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-33, ВитаминА-43, ВитаминС-2, Магний-32	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
200	Кофейный напиток с молоком	Калорийность-88, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14, ВитаминА-19, ВитаминС-1, Магний-13	=
80	Булочка ванильная	Калорийность-264, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-45, Магний-8	=
Итого за Завтрак			91-76
Обед			
60	Салат из свежих огурцов	Калорийность-39, Жиры-4, Углеводы-1, ВитаминС-2, Магний-8	=
200/5	Рассольник ленинградский со сметаной	Калорийность-115, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13, ВитаминС-6, Магний-21	=
90	Шницель из птицы припущенные	Калорийность-165, Белки-14, Жиры-9, Углеводы-8, ВитаминА-53, ВитаминС-1, Магний-17	=
150	Макаронные изделия отварные	Калорийность-145, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-29, Магний-8	=
200	Напиток из шиповника	Калорийность-78, Белки-1, Углеводы-18, ВитаминС-80, Магний-3	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
Итого за Обед			91-76



Протасов Р.О.

Кладовщик

Техник-технолог

Хатушвили С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Самойловская средняя школа"

О.Г. Модернишвили

25.10.2023 (Н.школа 7-11лет
(летне-осенний), 2ср)**Меню с 7-11 лет**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
15	Сыр сычужный твердый порциями	Калорийность-52, Белки-4, Жиры-4, Магний-8	=
200	Каша рисовая молочная жидкая	Калорийность-215, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-33, ВитаминА-43, ВитаминС-2, Магний-32	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
80	Булочка ванильная	Калорийность-264, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-45, Магний-8	=
200	Кофейный напиток с молоком	Калорийность-88, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14, ВитаминА-19, ВитаминС-1, Магний-13	=
Итого за Завтрак		Калорийность-712, Белки-22, Жиры-20, Углеводы-112, ВитаминА-62, ВитаминС-3, Магний-67	91-76
Обед			
60	Салат из свежих огурцов	Калорийность-39, Жиры-4, Углеводы-1, ВитаминС-2, Магний-8	=
200/5	Рассольник ленинградский со сметаной	Калорийность-97, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-13, ВитаминС-6, Магний-21	=
90	Шницель из птицы припущенные	Калорийность-165, Белки-14, Жиры-9, Углеводы-8, ВитаминА-53, ВитаминС-1, Магний-17	=
150	Макаронные изделия отварные	Калорийность-145, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-29, Магний-8	=
200	Напиток из шиповника	Калорийность-78, Белки-1, Углеводы-18, ВитаминС-80, Магний-3	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10, Магний-14	=
Итого за Обед		Калорийность-631, Белки-27, Жиры-19, Углеводы-89, ВитаминА-53, ВитаминС-89, Магний-74	91-76
Итого за день		Калорийность-1 343, Белки-49, Жиры-39, Углеводы-201, ВитаминА-115, ВитаминС-92, Магний-141	

Заведующая
столовой _____

Техник-технолог _____

Халеулова С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Совицкая средняя школа"

С.Т. Модзевицкии

25.10.2023 (Н.школа 7-11лет
(летне-осенний), 2ср)

Меню ОБЗ с 7-11 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
15	Сыр сычужный твердый порциями	Калорийность-52, Белки-4, Жиры-4, Магний-8	=
200	Каша рисовая молочная жидкая	Калорийность-215, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-33, ВитаминА-43, ВитаминС-2, Магний-32	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
80	Булочка ванильная	Калорийность-264, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-45, Магний-8	=
200	Кофейный напиток с молоком	Калорийность-88, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14, ВитаминА-19, ВитаминС-1, Магний-13	=
Итого за Завтрак		Калорийность-712, Белки-22, Жиры-20, Углеводы-112, ВитаминА-62, ВитаминС-3, Магний-67	=
Обед			
60	Салат из свежих огурцов	Калорийность-39, Жиры-4, Углеводы-1, ВитаминС-2, Магний-8	=
200/5	Рассольник ленинградский со сметаной	Калорийность-97, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-13, ВитаминС-6, Магний-21	=
90	Шницель из птицы припущенные	Калорийность-165, Белки-14, Жиры-9, Углеводы-8, ВитаминА-53, ВитаминС-1, Магний-17	=
150	Макаронные изделия отварные	Калорийность-145, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-29, Магний-8	=
200	Напиток из шиповника	Калорийность-78, Белки-1, Углеводы-18, ВитаминС-80, Магний-3	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10, Магний-14	=
Итого за Обед		Калорийность-631, Белки-27, Жиры-19, Углеводы-89, ВитаминА-53, ВитаминС-89, Магний-74	=
Итого за день		Калорийность-1 343, Белки-49, Жиры-39, Углеводы-201, ВитаминА-115, ВитаминС-92, Магний-141	136-18



И.П. Р.С.Протасов

Заведующая
столовой _____

Техник-технолог _____

Халупкина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Светлицкая средняя школа"

О.С. Медведишина

25.10.2023 (С.школа с12 лет и старше
(летне-осенний), 2ср)**Меню с12 лет и старше**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
20	Сыр сычужный твердый порциями	Калорийность-52, Белки-4, Жиры-4, Магний-8	=
200	Каша рисовая молочная жидкая	Калорийность-215, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-33, ВитаминА-43, ВитаминС-2, Магний-32	=
60	Хлеб пшеничный	Калорийность-141, Белки-5, Углеводы-30, Магний-8	=
80	Булочка ванильная	Калорийность-264, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-45, Магний-8	=
200	Кофейный напиток с молоком	Калорийность-88, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14, ВитаминА-19, ВитаминС-1, Магний-13	=
Итого за Завтрак		Калорийность-759, Белки-24, Жиры-20, Углеводы-122, ВитаминА-62, ВитаминС-3, Магний-69	102-89
Обед			
100	Салат из свежих огурцов	Калорийность-65, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-2, ВитаминС-3, Магний-14	=
250/10	Рассольник ленинградский со сметаной	Калорийность-121, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-16, ВитаминС-8, Магний-26	=
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 шиповника	Калорийность-78, Белки-1, Углеводы-18, ВитаминС-80, Магний-3	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10, Магний-14	=
Итого за Обед		Калорийность-737, Белки-30, Жиры-24, Углеводы-100, ВитаминА-58, ВитаминС-92, Магний-90	102-89
Итого за день		Калорийность-1 496, Белки-54, Жиры-44, Углеводы-222, ВитаминА-120, ВитаминС-95, Магний-159	



О.С.Протасов

Заведующая
столовой _____Технико-
технолог _____

Халупкина С.П.

25.10.2023 (С.школа с12 лет и старше
 (летне-осенний), 2сп)

Меню ОВЗ с12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
20	Сыр сычужный твердый порциями	Калорийность-69, Белки-5, Жиры-5, Магний-10	=
200	Каша рисовая молочная жидкая	Калорийность-215, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-33, ВитаминА-43, ВитаминС-2, Магний-32	=
60	Хлеб пшеничный	Калорийность-141, Белки-5, Углеводы-30, Магний-8	=
80	Булочка ванильная	Калорийность-264, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-45, Магний-8	=
200	Кофейный напиток с молоком	Калорийность-88, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14, ВитаминА-19, ВитаминС-1, Магний-13	=
Итого за Завтрак		Калорийность-776, Белки-25, Жиры-21, Углеводы-122, ВитаминА-62, ВитаминС-3, Магний-71	=
Обед			
100	Салат из свежих огурцов	Калорийность-65, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-2, ВитаминС-3, Магний-14	=
250/10	Рассольник ленинградский со сметаной	Калорийность-121, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-16, ВитаминС-8, Магний-26	=
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 шиповника	Калорийность-78, Белки-1, Углеводы-18, ВитаминС-80, Магний-3	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10, Магний-14	=
Итого за Обед		Калорийность-737, Белки-30, Жиры-24, Углеводы-100, ВитаминА-58, ВитаминС-92, Магний-90	=
Итого за день		Калорийность-1 926, Белки-61, Жиры-50, Углеводы-309, ВитаминА-120, ВитаминС-95, Магний-175	157-18



В.Б. Протасов

Заведующая
столовой _____

Инженер-
технолог _____

Хавкулина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Славинская средняя школа"

В.С. Модзевишвили

26.10.2023 (Н.школа 7-11лет
(летне-осенний), 2чт)**Меню с 7-11 лет**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
180	Запеканка из творога	Калорийность-372, Белки-38, Жиры-11, Углеводы-30, ВитаминА-77, ВитаминС-1, Магний-46	=
30	Молоко сгущенное	Калорийность-98, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-17, Магний-10	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
50	Печенье	Калорийность-209, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-37, Магний-10	=
200	Чай с сахаром	Калорийность-38, Углеводы-9, Магний-4	=
Итого за Завтрак		Калорийность-811, Белки-47, Жиры-19, Углеводы-113, ВитаминА-77, ВитаминС-1, Магний-76	91-76
Обед			
60	Салат из свеклы с чесноком	Калорийность-79, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-5, ВитаминС-3, Магний-13	=
200	Суп картофельный с бобовыми	Калорийность-86, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-12, ВитаминС-7, Магний-20	=
90/30	Тефтели из говядины в молочном соусе	Калорийность-204, Белки-12, Жиры-13, Углеводы-10, ВитаминС-1	=
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 пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10, Магний-14	=
Итого за Обед		Калорийность-726, Белки-26, Жиры-28, Углеводы-77, ВитаминА-24, ВитаминС-11, Магний-153	91-76
Итого за день		Калорийность-1 537, Белки-73, Жиры-47, Углеводы-190, ВитаминА-101, ВитаминС- 12, Магний-229	



И.С. Востасов

Заведующая
столовой _____

Техник-технолог _____

Хальмулла С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Сельскохозяйственная школа"

О.Г. Модгардицкая

26.10.2023 (Н.школа 7-11лет
(летне-осенний), 2чт)**Меню ОВЗ с 7-11 лет**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
180	Запеканка из творога	Калорийность-372, Белки-38, Жиры-11, Углеводы-30, ВитаминА-77, ВитаминС-1, Магний-46	=
30	Молоко сгущенное	Калорийность-98, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-17, Магний-10	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
50	Печенье	Калорийность-209, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-37, Магний-10	=
200	Чай с сахаром	Калорийность-38, Углеводы-9, Магний-4	=
Итого за Завтрак		Калорийность-811, Белки-47, Жиры-19, Углеводы-113, ВитаминА-77, ВитаминС-1, Магний-76	=
Обед			
60	Салат из свеклы с чесноком	Калорийность-79, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-5, ВитаминС-3, Магний-13	=
200	Суп картофельный с бобовыми	Калорийность-86, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-12, ВитаминС-7, Магний-20	=
90/30	Тефтели из говядины в молочном соусе	Калорийность-204, Белки-12, Жиры-13, Углеводы-10, ВитаминС-1	=
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 пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10, Магний-14	=
Итого за Обед		Калорийность-726, Белки-26, Жиры-28, Углеводы-77, ВитаминА-24, ВитаминС-11, Магний-153	=
Итого за день		Калорийность-1 537, Белки-73, Жиры-47, Углеводы-190, ВитаминА-101, ВитаминС- 12, Магний-229	136-18



ИП

Е.О. Прогасов

Заведующая
столовой

Техник-технолог

Халиуллова С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Славянская средняя школа"

О.Т. Модзерикова

26.10.2023 (С.школа с12 лет и старше
(летне-осенний), 2чт)

Меню с12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
200	Запеканка из творога	Калорийность-413, Белки-42, Жиры-12, Углеводы-34, ВитаминА-86, ВитаминС-1, Магний-51	=
40	Молоко сгущенное	Калорийность-131, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22, Магний-14	=
60	Хлеб пшеничный	Калорийность-141, Белки-5, Углеводы-30, Магний-8	=
50	Печенье	Калорийность-209, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-37, Магний-10	=
200	Чай с сахаром	Калорийность-38, Углеводы-9, Магний-4	=
Итого за Завтрак		Калорийность-932, Белки-54, Жиры-20, Углеводы-132, ВитаминА-86, ВитаминС-1, Магний-87	102-89
Обед			
100	Салат из свеклы с чесноком	Калорийность-131, Белки-2, Жиры-10, Углеводы-9, ВитаминС-6, Магний-21	=
250	Суп картофельный с бобовыми	Калорийность-108, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-15, ВитаминС-9, Магний-26	=
100/30	Тефтели из говядины в молочном соусе	Калорийность-221, Белки-13, Жиры-14, Углеводы-10, ВитаминС-1	=
180	Каша гречневая рассыпчатая	Калорийность-208, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-12, ВитаминА-29, Магний-106	=
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийность-84, Белки-1, Углеводы-20, Магний-14	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10, Магний-14	=
Итого за Обед		Калорийность-852, Белки-29, Жиры-35, Углеводы-86, ВитаминА-29, ВитаминС-16, Магний-184	102-89
Итого за день		Калорийность-1 784, Белки-83, Жиры-55, Углеводы-218, ВитаминА-115, ВитаминС-17, Магний-271	



Заведующая
столовой _____

Техник-
технолог _____

Халеудина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Совхозская средняя школа"

О.Г. Мовдварьшвили

26.10.2023 (С.школа с12 лет и старше
(летне-осенний), 2чт)

Меню ОВЗ с12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
200	Запеканка из творога	Калорийность-413, Белки-42, Жиры-12, Углеводы-34, ВитаминА-86, ВитаминС-1, Магний-51	=
40	Молоко сгущенное	Калорийность-131, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22, Магний-14	=
60	Хлеб пшеничный	Калорийность-141, Белки-5, Углеводы-30, Магний-8	=
50	Печенье	Калорийность-209, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-37, Магний-10	=
200	Чай с сахаром	Калорийность-38, Углеводы-9, Магний-4	=
Итого за Завтрак		Калорийность-932, Белки-54, Жиры-20, Углеводы-132, ВитаминА-86, ВитаминС-1, Магний-87	=
Обед			
100	Салат из свеклы с чесноком	Калорийность-131, Белки-2, Жиры-10, Углеводы-9, ВитаминС-6, Магний-21	=
250	Суп картофельный с бобовыми	Калорийность-108, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-15, ВитаминС-9, Магний-26	=
100/30	Тефтели из говядины в молочном соусе	Калорийность-221, Белки-13, Жиры-14, Углеводы-10, ВитаминС-1	=
180	Каша гречневая рассыпчатая	Калорийность-208, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-12, ВитаминА-29, Магний-106	=
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийность-84, Белки-1, Углеводы-20, Магний-14	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10, Магний-14	=
Итого за Обед		Калорийность-852, Белки-29, Жиры-35, Углеводы-86, ВитаминА-29, ВитаминС-16, Магний-184	=
Итого за день		Калорийность-2 181, Белки-91, Жиры-58, Углеводы-302, ВитаминА-115, ВитаминС- 18, Магний-285	157-18



О.Г. Протасов

Заведующая
столовой _____Инженер-
технолог _____

Халиуллова С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ "Средняя общеобразовательная школа № 1"

О.Г. Модернишвили

27.10.2023 (Н.школа 7-11 лет
(летне-осенний), 2шт)**Меню с 7-11 лет**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
45	Бутерброд с сыром	Калорийность-153, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-10, Магний-13	=
40	Яйца вареные	Калорийность-63, Белки-5, Жиры-5, Магний-5	=
200	Каша пшеничная молочная жидкая	Калорийность-181, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-26, ВитаминА-37, ВитаминС-1, Магний-28	=
50	Хлеб пшеничный	Калорийность-118, Белки-4, Углеводы-25, Магний-7	=
200	Чай каркаде	Калорийность-56, Углеводы-14, ВитаминА-3	=
Итого за Завтрак		Калорийность-571, Белки-21, Жиры-21, Углеводы-75, ВитаминА-40, ВитаминС-1, Магний-53	91-76
Обед			
60	Салат из свежих помидоров	Калорийность-46, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-2, ВитаминС-10, Натрий-61, Магний-10	=
200/5	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	Калорийность-76, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-9, ВитаминС-8, Магний-21	=
180	Плов из отварной птицы	Калорийность-352, Белки-18, Жиры-21, Углеводы-24, ВитаминА-71, ВитаминС-1, Магний-32	=
200	Компот из яблок и ягод замороженных	Калорийность-45, Углеводы-11, ВитаминС- 9, Магний-4	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13, Магний-19	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
Итого за Обед		Калорийность-643, Белки-25, Жиры-30, Углеводы-69, ВитаминА-71, ВитаминС-28, Натрий-61, Магний-89	91-76
Итого за день		Калорийность-1 214, Белки-46, Жиры-51, Углеводы-144, ВитаминА-111, ВитаминС- 29, Натрий-61, Магний-142	

Заведующая
столовой _____

Техник-технолог _____

Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Саранская средняя школа"

_____ / О.Т. Моджаиритили

27.10.2023 (Н.школа 7-11лет
(летне-осенний), 2шт)

Меню ОБЗ с 7-11 лет

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
45	Бутерброд с сыром	Калорийность-153, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-10, Магний-13	=
40	Яйца вареные	Калорийность-63, Белки-5, Жиры-5, Магний-5	=
200	Каша пшеничная молочная жидкая	Калорийность-181, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-26, ВитаминА-37, ВитаминС-1, Магний-28	=
50	Хлеб пшеничный	Калорийность-118, Белки-4, Углеводы-25, Магний-7	=
200	Чай каркаде	Калорийность-56, Углеводы-14, ВитаминА-3	=
Итого за Завтрак		Калорийность-571, Белки-21, Жиры-21, Углеводы-75, ВитаминА-40, ВитаминС-1, Магний-53	=
Обед			
60	Салат из свежих помидоров	Калорийность-46, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-2, ВитаминС-10, Натрий-61, Магний-10	=
200/5	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	Калорийность-76, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-9, ВитаминС-8, Магний-21	=
180	Плов из отварной птицы	Калорийность-352, Белки-18, Жиры-21, Углеводы-24, ВитаминА-71, ВитаминС-1, Магний-32	=
200	Компот из яблок и ягод замороженных	Калорийность-45, Углеводы-11, ВитаминС-9, Магний-4	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13, Магний-19	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
Итого за Обед		Калорийность-643, Белки-25, Жиры-30, Углеводы-69, ВитаминА-71, ВитаминС-28, Натрий-61, Магний-89	=
Итого за день		Калорийность-1 214, Белки-46, Жиры-51, Углеводы-144, ВитаминА-111, ВитаминС-29, Натрий-61, Магний-142	136-18



Заведующая
столовой _____

Техник-технолог _____

Халеуллова С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Совхозская средняя школа"

О.Г. Модзалевский

27.10.2023 (С.школа с12 лет и старше
(летне-осенний), 2шт)**Меню с12 лет и старше**

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
45	Бутерброд с сыром	Калорийность-153, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-10, Магний-13	=
40	Яйца вареные	Калорийность-63, Белки-5, Жиры-5, Магний-5	=
210	Каша пшеничная молочная жидкая	Калорийность-190, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-27, ВитаминА-39, ВитаминС-1, Магний-29	=
60	Хлеб пшеничный	Калорийность-141, Белки-5, Углеводы-30, Магний-8	=
200	Чай каркаде	Калорийность-56, Углеводы-14, ВитаминА-3	=
Итого за Завтрак		Калорийность-603, Белки-23, Жиры-22, Углеводы-81, ВитаминА-42, ВитаминС-1, Магний-55	102-89
Обед			
100	Салат из свежих помидоров	Калорийность-76, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-4, ВитаминС-17, Натрий-102, Магний-17	=
250/10	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	Калорийность-95, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-11, ВитаминС-10, Магний-26	=
210	Плов из отварной птицы	Калорийность-411, Белки-21, Жиры-24, Углеводы-27, ВитаминА-83, ВитаминС-1, Магний-38	=
200	Компот из яблок и ягод замороженных	Калорийность-45, Углеводы-11, ВитаминС- 9, Магний-4	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13, Магний-19	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
Итого за Обед		Калорийность-807, Белки-30, Жиры-37, Углеводы-86, ВитаминА-83, ВитаминС-37, Натрий-102, Магний-111	102-89
Итого за день		Калорийность-1 410, Белки-53, Жиры-59, Углеводы-167, ВитаминА-125, ВитаминС- 38, Натрий-102, Магний-166	



И.П. В.В. Протасов

Заведующая
столовой _____Техник-
технолог _____

Халимулина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Модзевишвили

27.10.2023 (С.школа с12 лет и старше
(летне-осенний), 2шт)

Меню ОВЗ с12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
45	Бутерброд с сыром	Калорийность-153, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-10, Магний-13	=
40	Яйца вареные	Калорийность-63, Белки-5, Жиры-5, Магний-5	=
210	Каша пшеничная молочная жидкая	Калорийность-190, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-27, ВитаминА-39, ВитаминС-1, Магний-29	=
60	Хлеб пшеничный	Калорийность-141, Белки-5, Углеводы-30, Магний-8	=
200	Чай каркаде	Калорийность-56, Углеводы-14, ВитаминА-3	=
Итого за Завтрак		Калорийность-603, Белки-23, Жиры-22, Углеводы-81, ВитаминА-42, ВитаминС-1, Магний-55	=
Обед			
100	Салат из свежих помидоров	Калорийность-110, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-4, ВитаминС-17, Магний-18	=
250/10	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	Калорийность-95, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-11, ВитаминС-10, Магний-26	=
210	Плов из отварной птицы	Калорийность-408, Белки-21, Жиры-24, Углеводы-27, ВитаминА-82, ВитаминС-1, Магний-37	=
200	Компот из яблок и ягод замороженных	Калорийность-45, Углеводы-11, ВитаминС- 9, Магний-4	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13, Магний-19	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
Итого за Обед		Калорийность-838, Белки-30, Жиры-41, Углеводы-86, ВитаминА-82, ВитаминС-37, Магний-111	=
Итого за день		Калорийность-1 908, Белки-61, Жиры-73, Углеводы-253, ВитаминА-124, ВитаминС- 39, Магний-192	157-18



В.С. Протасов

Заведующая
столовой _____

Инженер-
технолог _____

Хачулиани С.П.

УТВЕРЖАЮ

Директору МАДУ "Совинская средняя школа"

Г.С. Исаев

28.10.2023 (С.школа с12 лет и старше
(летне-осенний), 2сб)

Меню с12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Обед			
100	Салат витаминный	Калорийность-137, Белки-2, Жиры-10, Углеводы-10, ВитаминС-38, ВитаминРР-1, Натрий-13, Магний-17	=
250	Суп картофелем с макаронными изделиями	Калорийность-110, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-19, ВитаминС-6	=
100	Биточки из птицы припущенные	Калорийность-183, Белки-15, Жиры-10, Углеводы-9, ВитаминА-58, ВитаминС-1, Магний-19	=
180	Каша пшеничная рассыпчатая	Калорийность-291, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-46, Магний-42	=
200	Чай каркаде	Калорийность-56, Углеводы-14, ВитаминА-3	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=

Итого за Обед Калорийность-876, Белки-32, Жиры-31,
Углеводы-118, ВитаминА-61, ВитаминС-45,
ВитаминРР-1, Натрий-13, Магний-81 **102-89**

Итого за день Калорийность-876, Белки-32, Жиры-31,
Углеводы-118, ВитаминА-61, ВитаминС-45,
ВитаминРР-1, Натрий-13, Магний-81



Протокол Р.О.

Заведующая
столовой _____

Техник-
технолог _____

Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

Структурное подразделение МАОУ "Соколовская средняя школа"

О.Г. Модзевишвили

23.10.2023 (С.школа с12 лет и старше
(летне-осенний), 2пн)

Меню с12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	зн. 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	=
250/10	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	Калорийность-99, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-8, ВитаминС-18, Магний-22	=
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	Сок фруктовый	Калорийность-86, Белки-1, Углеводы-20, ВитаминС-4, Магний-8	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
Итого за Обед		Калорийность-903, Белки-32, Жиры-38, Углеводы-108, ВитаминС-31, Магний-109	102-89



Протокол Р.О.

Кладовщик _____

Техник-технолог _____

Халкуалима С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Сивинская средняя школа"

Структурное подразделение МАОУ "Соколовская средняя школа"

О.Г. Мадзгеришвили

23.10.2023 (Н.школа 7-11 лет
(летне-осенний), 2пн)

Меню с 7-11 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
45	Бутерброд с сыром	Калорийность-153, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-10, Магний-13	=
200	Каша пшеничная молочная жидкая	Калорийность-200, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-29, ВитаминА-37, ВитаминС-1, Магний-37	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
200	Чай с сахаром	Калорийность-38, Углеводы-9, Магний-4	=
100	Плоды свежие(яблоки)	Калорийность-47, Углеводы-10, ВитаминС-10	=
Итого за Завтрак		Калорийность-485, Белки-15, Жиры-17, Углеводы-68, ВитаминА-37, ВитаминС-11, Магний-57	91-76
Обед			
60	Икра кабачковая (промышленного производства)	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-5, ВитаминС-4, Магний-9	=
200/5	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	Калорийность-74, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-6, ВитаминС-15, Магний-18	=
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	Сок фруктовый	Калорийность-86, Белки-1, Углеводы-20, ВитаминС-4, Магний-8	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
Итого за Обед		Калорийность-767, Белки-27, Жиры-30, Углеводы-95, ВитаминС-25, Магний-90	91-76

ИП

Протасов Е.О.

Кладовщик _____

Техник-технолог _____

Халиуллина С.П.



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"
Структурное подразделение МАОУ "Соколовская средняя школа"

О.Г. Модзгаршвили

23.10.2023 (Н.школа 7-11 лет
(летне-осенний), 2пн)

Меню с1-4 класс (группа продленного дня)

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Обед			
60	Икра кабачковая (промышленного производства)	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-5, ВитаминС-4, Магний-9	=
200/5	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	Калорийность-74, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-6, ВитаминС-15, Магний-18	=
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	Сок фруктовый	Калорийность-86, Белки-1, Углеводы-20, ВитаминС-4, Магний-8	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
Итого за Обед		Калорийность-767, Белки-27, Жиры-30, Углеводы-95, ВитаминС-25, Магний-90	
Полдник			
50	Печенье	Калорийность-209, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-37, Магний-10	=
250	Кисель из ягод свежих	Калорийность-113, Углеводы-28, ВитаминС-1, Магний-2	=
Итого за Полдник		Калорийность-321, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-65, ВитаминС-1, Магний-12	=
Итого за день		Калорийность-1088, Белки-31, Жиры-35, Углеводы-160, ВитаминА-37, ВитаминС-37, Магний-159	116-00



Протокол Р.О.

Кладовщик _____

Техник-технолог _____

Халупкина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

Структурное подразделение МАОУ "Соколовская средняя школа"

О.Г. Модзеришвили

24.10.2023 (С.школа с12 лет и старше
(летне-осенний), 2вт)

Меню с12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Обед			
100	Овощи натуральные (помидоры)	Калорийность-24, Белки-1, Углеводы-4, ВитаминС-25, Магний-20	=
250/10	Свекольник со сметаной	Калорийность-113, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-12, ВитаминС-9, Магний-31	=
100	Биточки рыбные	Калорийность-113, Белки-14, Жиры-2, Углеводы-10, Магний-23	=
180	Пюре картофельное	Калорийность-122, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-11, ВитаминА-36, ВитаминС-5, Магний-30	=
200	Компот из свежих плодов и ягод	Калорийность-46, Углеводы-11, ВитаминС-1, Магний-2	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4	=
Итого за Обед		Калорийность-559, Белки-26, Жиры-15, Углеводы-76, ВитаминА-36, ВитаминС-40, Магний-110	102-89
Итого за день		Калорийность-559, Белки-26, Жиры-15, Углеводы-76, ВитаминА-36, ВитаминС-40, Магний-110	



Протасов Р.О.

Кладовщик _____

Техник-технолог _____

Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

Структурное подразделение МАОУ "Соколовская средняя школа"

О.Е. Модзгвишвили

24.10.2023 (Н.школа 7-11 лет
(летне-осенний), 2вт)

Меню с 7-11 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
60	Овощи консервированные отварные (зеленый горошек)	Калорийность-38, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-3, ВитаминА-11, ВитаминС-1, Магний-11	=
90	Кнели из птицы с рисом	Калорийность-240, Белки-15, Жиры-17, Углеводы-6, ВитаминА-76, ВитаминС-1, Магний-20	=
150	Каша гречневая рассыпчатая	Калорийность-174, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-10, ВитаминА-24, Магний-89	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
200	Чай с лимоном	Калорийность-40, Углеводы-10, ВитаминС- 1, Магний-5	=
Итого за Завтрак		Калорийность-586, Белки-26, Жиры-25, Углеводы-49, ВитаминА-111, ВитаминС-3, Магний-131	91-76
Обед			
60	Овощи натуральные (помидоры)	Калорийность-14, Белки-1, Углеводы-2, ВитаминС-15, Магний-12	=
200/5	Свекольник со сметаной	Калорийность-86, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-10, ВитаминС-7, Магний-25	=
90	Биточки рыбные	Калорийность-102, Белки-13, Жиры-2, Углеводы-9, Магний-21	=
150	Пюре картофельное	Калорийность-102, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-9, ВитаминА-30, ВитаминС-4, Магний-25	=
200	Компот из свежих плодов и ягод	Калорийность-46, Углеводы-11, ВитаминС- 1, Магний-2	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4	=
Итого за Обед		Калорийность-490, Белки-24, Жиры-13, Углеводы-69, ВитаминА-30, ВитаминС-27, Магний-89	91-76
Итого за день		Калорийность-1 519, Белки-62, Жиры-48, Углеводы-193, ВитаминА-142, ВитаминС- 41, Магний-258	



Протокол Р.О.

Кладовщик _____

Техник-
технолог _____

Халкулва С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Соколовская средняя школа"

Структурное подразделение МАОУ "Соколовская средняя школа"

О.Г. Мордзгвришвили

24.10.2023 (Н.школа 7-11 лет
(летне-осенний), 2вт)

Меню с 1-4 класс (группа продленного дня)

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Обед			
60	Овощи натуральные (помидоры)	Калорийность-14, Белки-1, Углеводы-2, ВитаминС-15, Магний-12	=
200/5	Свекольник со сметаной	Калорийность-86, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-10, ВитаминС-7, Магний-25	=
90	Биточки рыбные	Калорийность-102, Белки-13, Жиры-2, Углеводы-9, Магний-21	=
150	Пюре картофельное	Калорийность-102, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-9, ВитаминА-30, ВитаминС-4, Магний-25	=
200	Компот из свежих плодов и ягод	Калорийность-46, Углеводы-11, ВитаминС- 1, Магний-2	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4	=
Итого за Обед		Калорийность-490, Белки-24, Жиры-13, Углеводы-69, ВитаминА-30, ВитаминС-27, Магний-89	
Полдник			
100	Шанежка с картофелем	Калорийность-357, Белки-11, Жиры-10, Углеводы-55, ВитаминА-1, ВитаминС-7, Магний-30	=
200	Сок фруктовый	Калорийность-86, Белки-1, Углеводы-20, ВитаминС-4, Магний-8	=
Итого за Полдник		Калорийность-443, Белки-12, Жиры-10, Углеводы-75, ВитаминА-1, ВитаминС-11, Магний-38	
Итого за день		Калорийность-933, Белки-36, Жиры-23, Углеводы-144, ВитаминА-142, ВитаминС- 41, Магний-258	110-00



Протокол Р.О.

Кладовщик _____

Техник-
технолог _____

Халиуллова С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

Структурное подразделение МАОУ "Соколовская средняя школа"

О.Е. Модыгиршвили

25.10.2023 (С.школа с12 лет и старше
(летне-осенний), 2ср)

Меню с12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Обед			
100	Салат из свежих огурцов	Калорийность-65, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-2, ВитаминС-3, Магний-14	=
250/10	Рассольник ленинградский со сметаной	Калорийность-137, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-16, ВитаминС-8, Магний-26	=
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 шиповника	Калорийность-78, Белки-1, Углеводы-18, ВитаминС-80, Магний-3	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
Итого за Обед		Калорийность-737, Белки-30, Жиры-24, Углеводы-100, ВитаминА-58, ВитаминС-92, Магний-75	102-89



Протокол Р.О.

Кладовщик _____

Техни-
технолог _____

Халмуллона С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

Структурное подразделение МАОУ "Соколовская средняя школа"

О.Г. Модзвришвили

25.10.2023 (Н.школа 7-11 лет
(летне-осенний), 2ср)

Меню с1-4 класс (группа продленного дня)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Обед			
60	Салат из свежих огурцов	Калорийность-39, Жиры-4, Углеводы-1, ВитаминС-2, Магний-8	=
200/5	Рассольник ленинградский со сметаной	Калорийность-115, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13, ВитаминС-6, Магний-21	=
90	Шницель из птицы припущенные	Калорийность-165, Белки-14, Жиры-9, Углеводы-8, ВитаминаА-53, ВитаминС-1, Магний-17	=
150	Макаронные изделия отварные	Калорийность-145, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-29, Магний-8	=
200	Напиток из шиповника	Калорийность-78, Белки-1, Углеводы-18, ВитаминС-80, Магний-3	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
Итого за Обед		Калорийность-631, Белки-27, Жиры-19, Углеводы-89, ВитаминаА-53, ВитаминС-89, Магний-60	
Полдник			
50	Пряники	Калорийность-183, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Магний-5	=
250	Чай с сахаром	Калорийность-48, Углеводы-12, Магний-5	=
Итого за Полдник		Калорийность-231, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-50, Магний-10	
Итого за день		Калорийность-862, Белки-30, Жиры-21, Углеводы-139, ВитаминаА-115, ВитаминС-92, Магний-218	110-00



Протоков Р.О.

Кладовщик

Техник-технолог

Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Совинская средняя школа"

Структурное подразделение МАОУ "Соколовская средняя школа"

О.Г. Модзгиршвили

26.10.2023 (С.школа с12 лет и старше
(летне-осенний), 2чт)

Меню с12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Обед			
100	Салат из свеклы с чесноком	Калорийность-131, Белки-2, Жиры-10, Углеводы-9, ВитаминС-6, Магний-21	=
250	Суп картофельный с бобовыми	Калорийность-108, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-15, ВитаминС-9, Магний-26	=
100/30	Тефтели из говядины в молочном соусе	Калорийность-221, Белки-13, Жиры-14, Углеводы-10, ВитаминС-1, Магний-19	=
180	Каша гречневая рассыпчатая	Калорийность-208, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-12, ВитаминА-29, Магний-106	=
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийность-84, Белки-1, Углеводы-20, Магний-14	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4	=
Итого за Обед		Калорийность-892, Белки-30, Жиры-35, Углеводы-94, ВитаминА-29, ВитаминС-16, Магний-190	102-89



ИП Протасов Р.О.

Кладовщик _____

Техник-технолог _____

Халиуллова С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Самовская средняя школа"

Структурное подразделение МАОУ "Соколовская средняя школа"

О.Г. Модзвершвили

26.10.2023 (Н.школа 7-11 лет
(летне-осенний), 2чт)

Меню с 7-11 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
180/30	Запеканка из творога со сгущенным молоком	Калорийность-470, Белки-40, Жиры-14, Углеводы-47, Витамины А-77, Витамины С-1, Магний-46	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
200	Чай с сахаром	Калорийность-38, Углеводы-9, Магний-4	=
50	Печенье	Калорийность-209, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-37, Магний-10	=
Итого за Завтрак			91-76
Обед			
60	Салат из свеклы с чесноком	Калорийность-79, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-5, Витамины С-3, Магний-13	=
200	Суп картофельный с бобовыми	Калорийность-86, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-12, Витамины С-7, Магний-20	=
90/30	Тефтели из говядины в молочном соусе	Калорийность-204, Белки-12, Жиры-13, Углеводы-10, Витамины С-1, Магний-18	=
150	Каша гречневая рассыпчатая	Калорийность-174, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-10, Витамины А-24, Магний-89	=
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийность-84, Белки-1, Углеводы-20, Магний-14	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4	=
Итого за Обед			91-76



Протасов Р.О.

Кладовщик

Техник-технолог

Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ



Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

Структурное подразделение МАОУ "Соколовская средняя школа"

О.Г. Модзгвишвили

26.10.2023 (Н.школа 7-11 лет
(летне-осенний), 2чт)

Меню с1-4 класс (группа продленного дня)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Обед			
60	Салат из свеклы с чесноком	Калорийность-79, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-5, ВитаминС-3, Магний-13	=
200	Суп картофельный с бобовыми	Калорийность-86, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-12, ВитаминС-7, Магний-20	=
90/30	Тефтели из говядины в молочном соусе	Калорийность-204, Белки-12, Жиры-13, Углеводы-10, ВитаминС-1, Магний-18	=
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	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4	=
Итого за Обед		Калорийность-767, Белки-27, Жиры-28, Углеводы-85, ВитаминА-24, ВитаминС-11, Магний-158	
Полдник			
70	Булочка школьная	Калорийность-200, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-39, Магний-8	=
250	Кисель из ягод свежих	Калорийность-113, Углеводы-28, ВитаминС- 1, Магний-2	=
Итого за Полдник		Калорийность-312, Белки-6, Жиры-2, Углеводы-67, ВитаминС-1, Магний-10	=
Итого за день		Калорийность-1079, Белки-33, Жиры-30, Углеводы-152, ВитаминА-101, ВитаминС- 13, Магний-234	110-00



Протасов Р.О.

Кладовщик

Техник-
технолог

Халеуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

Структурное подразделение МАОУ "Соколовская средняя школа"

О.Е. Модзвришвили

27.10.2023 (С.школа с12 лет и старше
(летне-осенний), 2шт)

Меню с12 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	Салат из свежих помидоров	Калорийность-76, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-4, ВитаминС-17, Натрий-102, Магний-17	=
250/10	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	Калорийность-111, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-11, ВитаминС-10, Магний-26	=
210	Плов из отварной птицы	Калорийность-408, Белки-21, Жиры-24, Углеводы-27, ВитаминА-82, ВитаминС-1, Магний-37	=
200	Компот из яблок и ягод замороженных	Калорийность-45, Углеводы-11, ВитаминС-9, Магний-4	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
Итого за Обед		Калорийность-740, Белки-28, Жиры-37, Углеводы-73, ВитаминА-82, ВитаминС-37, Натрий-102, Магний-87	102-89



Протокол Р.О.

Кладовщик _____

Техник-технолог _____

Халеулишва С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"
Структурное подразделение МАОУ "Соколовская средняя
школа"

О.Г. Модзеришвили

27.10.2023 (Н.школа 7-11 лет
летне-осенний), 2шт)

Меню с 7-11 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
45	Бутерброд с сыром	Калорийность-153, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-10, Магний-13	=
40	Яйца вареные	Калорийность-63, Белки-5, Жиры-5, Магний-5	=
200	Каша пшеничная молочная жидкая	Калорийность-181, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-26, ВитаминА-37, ВитаминС-1, Магний-28	=
50	Хлеб пшеничный	Калорийность-118, Белки-4, Углеводы-25, Магний-7	=
200	Чай каркаде	Калорийность-56, Углеводы-14, ВитаминА-3	=
Итого за Завтрак			91-76
Обед			
60	Салат из свежих помидоров	Калорийность-46, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-2, ВитаминС-10, Натрий-61, Магний-10	=
200/5	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	Калорийность-84, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-9, ВитаминС-8, Магний-21	=
180	Плов из отварной птицы	Калорийность-350, Белки-18, Жиры-20, Углеводы-23, ВитаминА-71, ВитаминС-1, Магний-32	=
200	Компот из яблок и ягод замороженных	Калорийность-45, Углеводы-11, ВитаминС- 9, Магний-4	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
Итого за Обед			91-76



Протасин Р.О.

Кладовицких _____

Техник-
технолог _____

Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

Структурное подразделение МАОУ "Соколовская средняя школа"

О.Г. Модзгаршвили

27.10.2023 (Н.школа 7-11 лет
(летне-осенний), 2пт)

Меню с1-4 класс (группа продленного дня)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Обед			
60	Салат из свежих помидоров	Калорийность-46, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-2, ВитаминС-10, Натрий-61, Магний-10	=
200/5	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	Калорийность-84, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-9, ВитаминС-8, Магний-21	=
180	Плов из отварной птицы	Калорийность-350, Белки-18, Жиры-20, Углеводы-23, ВитаминА-71, ВитаминС-1, Магний-32	=
200	Компот из яблок и ягод замороженных	Калорийность-45, Углеводы-11, ВитаминС-9, Магний-4	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
Итого за Обед		Калорийность-624, Белки-24, Жиры-29, Углеводы-65, ВитаминА-71, ВитаминС-28, Натрий-61, Магний-70	
Полдник			
50	Печенье	Калорийность-209, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-37, Магний-10	=
250	Чай с лимоном	Калорийность-50, Углеводы-12, ВитаминС-1, Магний-6	=
Итого за Полдник		Калорийность-259, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-49, ВитаминС-1, Магний-16	=
Итого за день		Калорийность-883, Белки-28, Жиры-34, Углеводы-114, ВитаминА-111, ВитаминС-30, Натрий-61, Магний-139	110-00



Протоков Р.О.

Кладоварик _____

Техник-технолог _____

Хашулина С.П.