



УТВЕРЖДЕНО: _____
(подпись), _____

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	Суп картофельный с пюрем из картофеля	Калорийность-118, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-8, Натрий-7, Магний-15	=
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 с рисом - "ёжусики" с томатным соусом	Калорийность-316, Белки-14, Жиры-22, Углеводы-16, ВитаминС-1, Магний-23	=
180	Каша пшеничная рисовая	Калорийность-91, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-5, ВитаминА-46, ВитаминС-1, Натрий-306, Магний-14	=
100	Пюре картофельное	Калорийность-118, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-8, Натрий-7, Магний-15	=
100	Пюре картофельное	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4	=
Итого за Обед		Калорийность-860, Белки-27, Жиры-44, Углеводы-88, ВитаминА-49, ВитаминС-18, Натрий-396, Магний-82	89-57

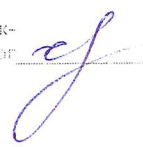
Итого за день Калорийность-860, Белки-27, Жиры-44,
Углеводы-88, ВитаминА-49, ВитаминС-18,
Натрий-396, Магний-82

ИП  Протасов Р.О.

Заседующая
комиссией



Техник-
технолог



Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Модзарицкая

25.04.2022 (С.школа с 12 лет и старше
(зим-весен), 1пп)



МЕНЮ ДЛЯ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО

№ п/п	Наименование блюда	ен. бел. (белки), белки (б), углеводы (г), витамины (вг), микроэлементы (мг)	Углеводы глюкоза (г/100г)
-------	--------------------	---	---------------------------------

Обед

100	Икра кабачковая (промышленного производства)	Калорийность-119, Белки-2, Жиры-9, Углеводы-8, ВитаминС-7, Магний-15	=
250	Суп картофельный с бобовыми (1-й вариант)	Калорийность-108, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-15, ВитаминС-9, Магний-26	=
100	Творог с сахаром	Калорийность-316, Белки-14, Жиры-22, Углеводы-15, ВитаминС-1, Магний-23	=
180	Каша пшеничная рассыпчатая	Калорийность-91, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-5, ВитаминА-46, ВитаминС-1, Натрий-396, Магний-14	=
200	Чай каркаде	Калорийность-56, Углеводы-14, ВитаминА-3	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4	=
Итого за Обед		Калорийность-860, Белки-27, Жиры-44, Углеводы-88, ВитаминА-49, ВитаминС-18, Натрий-396, Магний-82	89-57

Хлеб с изюмом Калорийность-860, Белки-27, Жиры-44,
Углеводы-88, ВитаминА-49, ВитаминС-18,
Натрий-396, Магний-82

ИП Протасов Р.О.

Заведующая
столовой



Технический специалист Халиуллина С.И.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Средняя общеобразовательная школа № 10"

25.04.2022



Меню ОБЗ с 1-4 класс

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
45	Бутерброды с джемом или повидлом (1-й вариант)	Калорийность-132, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-24, Магний-4	=
200	Каша "Дружба"	Калорийность-192, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-26, ВитаминА-39, ВитаминС-1, Магний-31	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
200	Чай с сахаром	Калорийность-60, Углеводы-15, Магний-1	=
100	Фрукты свежие	Калорийность-47, Углеводы-10, ВитаминС-10	=
Итого за Завтрак		Калорийность-478, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-87, ВитаминА-39, ВитаминС-11, Магний-39	=
Обед			
60	Икра кабачковая (из замороженных кабачков)	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-5, ВитаминС-4, Магний-9	=
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 с рисом - "ёжусики" с томатным соусом	Калорийность-284, Белки-12, Жиры-20, Углеводы-15, ВитаминС-1, Магний-21	=
150	Каша пшеничная рассыпчатая	Калорийность-76, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-4, ВитаминА-38, ВитаминС-1, Натрий-330, Магний-11	=
200	Чай каркаде	Калорийность-56, Углеводы-14, ВитаминА-3	=
20	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
Итого за Обед		Калорийность-703, Белки-22, Жиры-36, Углеводы-72, ВитаминА-41, ВитаминС-13, Натрий-330, Магний-64	=
Итого за день		Калорийность-1 180, Белки-30, Жиры-46, Углеводы-159, ВитаминА-80, ВитаминС-24, Натрий-330, Магний-103	118-54

ИП

Протасов Р.О.



Заведующая столовой

Техник-технолог

Халиуллина С.П.

Учительская
Директор



25.04.2022 (дата составления)
(подпись)

Меню ОВЗ с 1-4 класс

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
45	Бутерброды с джемом или повидлом (1-й вариант)	Калорийность-132, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-24, Магний-4	=
200	Каша "Дружба"	Калорийность-192, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-28, ВитаминА-39, ВитаминС-1, Магний-31	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
200	Чай с сахаром	Калорийность-60, Углеводы-15, Магний-1	=
100	Фрукты свежие	Калорийность-47, Углеводы-10, ВитаминС-10	=
Итого за Завтрак		Калорийность-478, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-87, ВитаминА-39, ВитаминС-11, Магний-39	=
<u>Обед</u>			
30	Каша овсяная (ароматизированного производства).	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-5, ВитаминС-4, Магний-9	=
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 с рисом - "ёжики" с томатным соусом	Калорийность-284, Белки-12, Жиры-20, Углеводы-15, ВитаминС-1, Магний-21	=
150	Каша пшеничная рассыпчатая	Калорийность-76, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-4, ВитаминА-38, ВитаминС-1, Натрий-330, Магний-11	=
200	Чай каркаде	Калорийность-56, Углеводы-14, ВитаминС-15	=
20	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
Итого за Обед		Калорийность-703, Белки-22, Жиры-36, Углеводы-72, ВитаминА-41, ВитаминС-13, Натрий-330, Магний-64	=
Итого за день		Калорийность-1 180, Белки-30, Жиры-46, Углеводы-159, ВитаминА-80, ВитаминС-24, Натрий-330, Магний-103	118-54

ИП Протасов Р.О.



Техник-технолог Халиуллина С.П.



25.04.2022 (3-я школа 7-11 лет)
(зим-весен), 1пп

Меню ОБЗ с 1-4 класс

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
75	Булочка с джемом или варенье (1-й вариант)	Калорийность-132, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-24, Магний-4	=
200	Каша "Дружба"	Калорийность-192, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-28, ВитаминА-39, ВитаминС-1, Магний-31	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
200	Чай с сахаром	Калорийность-60, Углеводы-15, Магний-1	=
100	Фрукты свежие	Калорийность-47, Углеводы-10, ВитаминС-10	=
Итого за Завтрак		Калорийность-478, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-87, ВитаминА-39, ВитаминС-11, Магний-39	=
<u>Обед</u>			
80	Хлеб пшеничный (промышленного производства).	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-5, ВитаминС-4, Магний-9	=
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 с рисом - "ёжики" с томатным соусом	Калорийность-284, Белки-12, Жиры-20, Углеводы-15, ВитаминС-1, Магний-21	=
150	Каша пшеничная размоченная	Калорийность-76, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-4, ВитаминА-38, ВитаминС-1, Натрий-330, Магний-11	=
300	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-703, Белки-22, Жиры-36, Углеводы-72, ВитаминА-41, ВитаминС-13, Натрий-330, Магний-64	=
Итого за день		Калорийность-1 180, Белки-30, Жиры-46, Углеводы-159, ВитаминА-80, ВитаминС-24, Натрий-330, Магний-103	118-54

ИП

Р

Протасов Р.О.



18

Техник-технолог

а

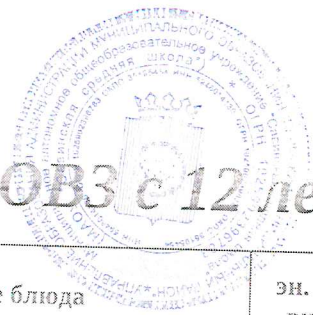
Халчулина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"
С.Г. Модзваривили

25.04.2022 (Н.школа 7-11 лет
зим-весен), 1пн)

Меню ОВЗ с 12 лет и старше



Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
135	Бутерброды с бужениной или колбасой (1-й вариант)	Калорийность-132, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-24, Магний-4	=
250	Каша "Дружба"	Калорийность-192, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-28, ВитаминА-39, ВитаминС-1, Магний-31	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
200	Чай с сахаром	Калорийность-60, Углеводы-15, Магний-1	=
100	Фрукты свежие	Калорийность-47, Углеводы-10, ВитаминС-10	=
Итого за Завтрак		Калорийность-478, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-87, ВитаминА-39, ВитаминС-11, Магний-39	=
<u>Обед</u>			
100	Буженина (промышленного производства)	Калорийность-119, Белки-2, Жиры-9, Углеводы-8, ВитаминС-7, Магний-15	=
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 с рисом - "ёжусики" с томатным соусом	Калорийность-316, Белки-14, Жиры-22, Углеводы-16, ВитаминС-1, Магний-23	=
130	Хлеб пшеничный расовый/чашная	Калорийность-91, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-5, ВитаминА-46, ВитаминС-1, Натрий-396, Магний-14	=
200	Чай каркаде	Калорийность-56, Углеводы-14, ВитаминА-3	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4	=
Итого за Обед		Калорийность-703, Белки-22, Жиры-36, Углеводы-72, ВитаминА-41, ВитаминС-13, Натрий-330, Магний-64	=
Итого за день		Калорийность-1 180, Белки-30, Жиры-46, Углеводы-159, ВитаминА-80, ВитаминС-24, Натрий-330, Магний-103	136-83

ИП

Прогасов Р.О.

Заведующий столовой



Технический технолог

А.С.Савицкий С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Славинская средняя школа"

О.А. Модзгаричвили

25.04.2022 (Н.школа 7-11 лет
зим-весен), 1пн)

Меню ОВЗ с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
45	Бутерброды с джемом или повидлом (1-й вариант)	Калорийность-132, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-24, Магний-4	=
250	Каша "Дружба"	Калорийность-192, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-28, Витамина-39, ВитаминС-1, Магний-31	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
200	Чай с сахаром	Калорийность-60, Углеводы-15, Магний-1	=
100	Фрукты свежие	Калорийность-47, Углеводы-10, ВитаминС-10	=
Итого за Завтрак		Калорийность-478, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-87, ВитаминА-39, ВитаминС-11, Магний-39	=
<u>Обед</u>			
100	Икра кабачковая (промышленного производства)	Калорийность-119, Белки-2, Жиры-9, Углеводы-8, ВитаминС-7, Магний-15	=
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 с рисом - "ёжики" с томатным соусом	Калорийность-316, Белки-14, Жиры-22, Углеводы-16, ВитаминС-1, Магний-23	=
200	Хлеб пшеничный рассыпчатая	Калорийность-91, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-5, ВитаминА-46, ВитаминС-1, Натрий-396, Магний-14	=
200	Чай каркаде	Калорийность-56, Углеводы-14, Витамина-3	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4	=
Итого за Обед		Калорийность-703, Белки-22, Жиры-36, Углеводы-72, ВитаминА-41, ВитаминС-13, Натрий-330, Магний-64	=
Итого за день		Калорийность-1 180, Белки-30, Жиры-46, Углеводы-159, ВитаминА-80, ВитаминС-24, Натрий-330, Магний-103	136-83

МП

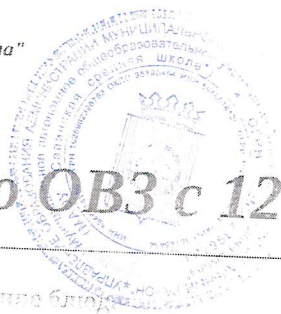
Прогасов Р.О.



Техник-технолог

Зинченко С.И.

Меню ОВЗ с 12 лет и старше



Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость
<u>Завтрак</u>			
45	Бутерброды с джемом или повидлом (1-й вариант)	Калорийность-132, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-24, Магний-4	=
250	Каша "Дружба"	Калорийность-192, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-28, Витамина-39, ВитаминС-1, Магний-31	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
200	Чай с сахаром	Калорийность-60, Углеводы-15, Магний-1	=
100	Фрукты свежие	Калорийность-47, Углеводы-10, ВитаминС-10	=
Итого за Завтрак		Калорийность-478, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-87, Витамина-39, ВитаминС-11, Магний-39	=
<u>Обед</u>			
100	Икра кабачковая (промышленного производства)	Калорийность-119, Белки-2, Жиры-9, Углеводы-8, ВитаминС-7, Магний-15	=
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 с рисом - "ёжики" с томатным соусом	Калорийность-316, Белки-14, Жиры-22, Углеводы-16, ВитаминС-1, Магний-27	=
180	Каша пшеничная рассыпчатая	Калорийность-91, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-5, Витамина-46, ВитаминС-1, Натрий-396, Магний-14	=
200	Чай каркаде	Калорийность-56, Углеводы-14, Витамина-3	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4	=
Итого за Обед		Калорийность-703, Белки-22, Жиры-36, Углеводы-72, Витамина-41, ВитаминС-13, Натрий-330, Магний-64	=
Итого за день		Калорийность-1 180, Белки-30, Жиры-46, Углеводы-159, Витамина-80, ВитаминС-24, Натрий-330, Магний-103	136-83

ПП  Прогласов Р.О.

Заведующая
 столовой



Технический
 технолог



Хачатрян С.Н.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Совицкая средняя школа"

Ф.Г. Модзгершвили

25.04.2022 (Н.школа 7-11 лет
зим-весен), 1пп)

Меню 7-11 лет

Вид блюда (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Углеводный коэффициент (г/г)
---------------	--------------------	--	------------------------------------

Обед

60	Икра кабачковая (промышленного производства)	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-5, ВитаминС-4, Магний-9	=
200	Суп картофельный с бобовыми (1-й вариант)	Калорийность-86, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-12, ВитаминС-7, Магний-20	=
30/30	Тефтели из говядины с рисом - "бюшеты" с томатным соусом	Калорийность-284, Белки-12, Жиры-20, Углеводы-15, ВитаминС-1, Магний-21	-
150	Каша пшеничная рассыпчатая	Калорийность-76, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-4, ВитаминА-38, ВитаминС-1, Натрий-330, Магний-11	=
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-703, Белки-22, Жиры-36, Углеводы-72, ВитаминА-41, ВитаминС-13, Натрий-330, Магний-64	79-88

Итого за день Калорийность-1 180, Белки-30, Жиры-46,
Углеводы-159, ВитаминА-80, ВитаминС-34,
Натрий-330, Магний-103

ИП Прогасов Р.О.

Заступающая
Столовой



Техник-
технолог

Кашураева С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савицкая средняя школа"

25.04.2022 (Н.школа 7-11 лет)

(подпись), (имя)



7-11 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. 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	Суп харчофелевый с фасолью (2-й сорт)	Калорийность-86, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-12, ВитаминС-7, Магний-20	=
90/30	Гарниры из говядины с рисом - "ёжики" с томатным соусом	Калорийность-284, Белки-12, Жиры-20, Углеводы-15, ВитаминС-1, Магний-21	=
150	Каша пшеничная рассыпчатая	Калорийность-76, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-4, ВитаминА-38, ВитаминС-1, Натрий-330, Магний-11	=
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-703, Белки-22, Жиры-36, Углеводы-72, ВитаминА-41, ВитаминС-18, Натрий-330, Магний-64	703
	Итого за день	Калорийность-1 180, Белки-30, Жиры-46, Углеводы-159, ВитаминА-80, ВитаминС-24, Натрий-330, Магний-103	

ИП

(Signature)

Протасов Р.О.



Заведующая столовой

Техник-технолог

(Signature)

Халиуллина С.П.

УТВЕРЖАЮ

Директор МАОУ "Сардинская средняя школа"
О.Г. Модзгаринский

25.04.2022 (Н.школа 7-11 лет
(зим-весен), 1пн)

Меню 7-11 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
60	Жура кабачковая (промышленного производства)	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-5, ВитаминС-4, Магний-9	=
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 с рисом - "ёжусики" с томатным соусом	Калорийность-284, Белки-12, Жиры-20, Углеводы-15, ВитаминС-1, Магний-21	=
150	Каша пшеничная разсыпчатая	Калорийность-76, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-4, ВитаминА-38, ВитаминС-1, Натрий-330, Магний-11	=
280	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-703, Белки-22, Жиры-36, Углеводы-72, ВитаминА-41, ВитаминС-13, Натрий-330, Магний-64	79-88
Итого за день		Калорийность-1 180, Белки-30, Жиры-46, Углеводы-159, ВитаминА-80, ВитаминС-24, Натрий-330, Магний-103	

ИП

Протасов Р.О.

Заведующий
Школы



Техник-
технолог

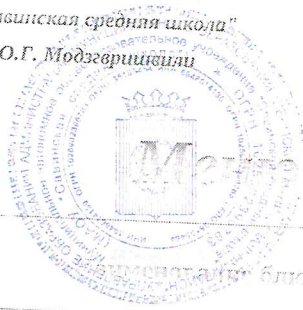
Машулина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Модзгерицкая

26.04.2022 (С.школа с 12 лет и старше
(зим-весен), 1вт)



Меню с 12 лет и старше

Кол-во (г)	наименование блюда	ен. цен. (ккал), Белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость рубли (руб)
<u>Обед</u>			
100	Салат из соленых огурцов с луком	Калорийность-60, Жиры-6, Углеводы-1, ВитаминС-1, Магний-2	=
250	Щи из свежей капусты	Калорийность-76, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-6, ВитаминС-18, Магний-18	=
100	Котлеты из птицы припущенные	Калорийность-183, Белки-15, Жиры-10, Углеводы-9, ВитаминА-5, ВитаминС-2, ВитаминРР-5, Натрий-58, Магний-19	=
100	Макаронные изделия отваренные	Калорийность-174, Белки-7, Жиры-1, Углеводы-35, Магний-10	=
200	Желе из концентрата плодового или ягодного	Калорийность-89, Углеводы-22, ВитаминС-24, ВитаминРР-4	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4	=
Итого за Обед		Калорийность-722, Белки-29, Жиры-22, Углеводы-101, ВитаминА-5, ВитаминС-45, ВитаминРР-9, Натрий-58, Магний-53	89-57
Итого за день		Калорийность-722, Белки-29, Жиры-22, Углеводы-101, ВитаминА-5, ВитаминС-45, ВитаминРР-9, Натрий-58, Магний-53	

ИП

[Signature]

Продовол Г.О.

Заведующий



Техник-технолог

[Signature]

Химик Г.П.

25.04.2022 (С. Никола с 12 лет и старше)
(зим-весен), 10г)

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	Салат из соленых огурцов с луком	Калорийность-60, Жиры-6, Углеводы-1, ВитаминС-1, Магний-2	=
100	Щи из свежей капусты	Калорийность-76, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-6, ВитаминС-18, Магний-10	=
100	Котлеты из птицы припущенные	Калорийность-183, Белки-15, Жиры-10, Углеводы-9, ВитаминА-5, ВитаминС-2, ВитаминРР-5, Натрий-58, Магний-19	=
180	Макаронные изделия отварные	Калорийность-174, Белки-7, Жиры-1, Углеводы-35, Магний-10	=
200	Кисель из концентрата плодового или ягодного	Калорийность-89, Углеводы-22, ВитаминС- 24, ВитаминРР-4	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4	=
Итого за Обед		Калорийность-722, Белки-29, Жиры-22, Углеводы-101, ВитаминА-5, ВитаминС-45, ВитаминРР-9, Натрий-58, Магний-53	200 руб
Итого за день		Калорийность-722, Белки-29, Жиры-22, Углеводы-101, ВитаминА-5, ВитаминС-45, ВитаминРР-9, Натрий-58, Магний-53	

ИП

Прогасов Р.О.

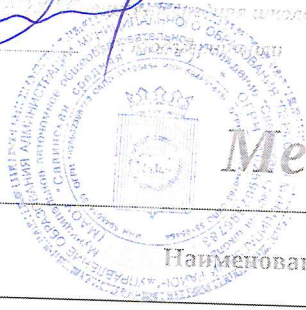
Заведующая
столовойТехник-
технолог

Халнулина С.П.

УТВЕРЖАЮ

Директор "СШ № 12 г. Пермь"

26.04.2022 (С. школа с 12 лет и старше
(ЗУМ-класс), (ПП))



Меню с 12 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 соленых огурцов с луком	Калорийность-60, Жиры-6, Углеводы-1, ВитаминС-1, Магний-2	=
250	Щи из свежей капусты	Калорийность-76, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-6, ВитаминС-18, Магний-18	=
100	Котлеты из птицы припущенные	Калорийность-183, Белки-15, Жиры-10, Углеводы-9, ВитаминА-5, ВитаминС-2, ВитаминРР-5, Натрий-58, Магний-19	=
180	Макаронные изделия отварные	Калорийность-174, Белки-7, Жиры-1, Углеводы-35, Магний-10	=
200	Кисель из концентрата плодового или ягодного	Калорийность-89, Углеводы-22, ВитаминС-24, ВитаминРР-4	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4	=
Итого за Обед		Калорийность-722, Белки-29, Жиры-22, Углеводы-101, ВитаминА-5, ВитаминС-45, ВитаминРР-9, Натрий-58, Магний-53	90-517
Итого за день		Калорийность-722, Белки-29, Жиры-22, Углеводы-101, ВитаминА-5, ВитаминС-45, ВитаминРР-9, Натрий-58, Магний-53	

ИП

Протасов Р.О.

Заведующая
столовой



Техник-
технолог

Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Специальной средней школы"

О.С. Абдукаримович

26.04.2022 (Н.школа 7-11 лет
(зим-весен), 1вт)

Меню ОВЗ с 1-4класс

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
30	Овощи консервированные отварные (кукуруза)	Калорийность-38, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-3, ВитаминА-11, ВитаминС-1, Магний-11	=
160	Омлет натуральный	Калорийность-209, Белки-14, Жиры-16, Углеводы-3, ВитаминА-278, Магний-20	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
40	Печенье	Калорийность-167, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-30, Магний-8	=
200	Какао с молоком (1-й вариант)	Калорийность-144, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-25, ВитаминС-1, Магний-27	=
Итого за Завтрак		Калорийность-652, Белки-26, Жиры-25, Углеводы-81, ВитаминА-289, ВитаминС-2, Магний-72	=
<u>Обед</u>			
60	Салат из соленых огурцов с луком	Калорийность-36, Жиры-4, Углеводы-1, ВитаминС-1, Магний-1	=
200	Щи из свежей капусты	Калорийность-61, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-5, ВитаминС-15, Магний-14	=
90	Котлеты из птицы припущенные	Калорийность-165, Белки-14, Жиры-9, Углеводы-8, ВитаминА-5, ВитаминС-2, ВитаминРР-4, Натрий-53, Магний-17	=
150	Макаронные изделия отварные	Калорийность-145, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-29, Магний-8	=
200	Кисель из концентрата плодового или ягодного	Калорийность-89, Углеводы-22, ВитаминС- 24, ВитаминРР-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-594, Белки-25, Жиры-18, Углеводы-85, ВитаминА-5, ВитаминС-42, ВитаминРР-8, Натрий-53, Магний-43	=
Итого за день		Калорийность-1 247, Белки-51, Жиры-43, Углеводы-166, ВитаминА-294, ВитаминС- 44, ВитаминРР-8, Натрий-53, Магний-115	118-54

ИП

Протасов Р.О.

Заведующая
столовойТехник-
технолог

Халиуллина С.П.

26.04.2022 (Суббота)

Меню с 12 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 соленых огурцов с луком	Калорийность-60, Жиры-6, Углеводы-1, ВитаминС-1, Магний-2	=
300	Щи из свежей капусты	Калорийность-76, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-6, ВитаминС-18, Магний-18	=
100	Котлеты из птицы припущенные	Калорийность-183, Белки-15, Жиры-18, Углеводы-9, ВитаминА-5, ВитаминС-2, ВитаминРР-5, Натрий-58, Магний-19	=
180	Макаронные изделия отварные	Калорийность-174, Белки-7, Жиры-1, Углеводы-35, Магний-10	=
200	Кисель из концентрата плодового или ягодного	Калорийность-89, Углеводы-22, ВитаминС- 24, ВитаминРР-4	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4	=
Итого за Обед		Калорийность-722, Белки-29, Жиры-22, Углеводы-101, ВитаминА-5, ВитаминС-45, ВитаминРР-9, Натрий-58, Магний-53	10-00
Итого за день		Калорийность-722, Белки-29, Жиры-22, Углеводы-101, ВитаминА-5, ВитаминС-45, ВитаминРР-9, Натрий-58, Магний-53	

ИП

Протасов Р.О.

Техник-
технолог

Халиуллина С.П.

Меню ОВЗ с 1-4класс

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
60	Овощи консервированные отварные (кукуруза)	Калорийность-38, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-3, Витамина-11, ВитаминС-1, Магний-11	=
160	Омлет натуральный	Калорийность-209, Белки-14, Жиры-16, Углеводы-3, Витамина-278, Магний-20	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
40	Печенье	Калорийность-167, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-30, Магний-8	=
200	Какао с молоком (1-й вариант)	Калорийность-144, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-25, ВитаминС-1, Магний-27	=
Итого за Завтрак		Калорийность-652, Белки-26, Жиры-25, Углеводы-81, Витамина-289, ВитаминС-2, Магний-72	=
<u>Обед</u>			
60	Салат из соленых огурцов с луком	Калорийность-36, Жиры-4, Углеводы-1, ВитаминС-1, Магний-1	=
200	Щи из свежей капусты	Калорийность-61, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-5, ВитаминС-15, Магний-14	=
90	Котлеты из птицы припущенные	Калорийность-165, Белки-14, Жиры-9, Углеводы-8, ВитаминА-5, ВитаминС-2, ВитаминРР-4, Натрий-53, Магний-17	=
150	Макаронные изделия отварные	Калорийность-145, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-29, Магний-8	=
200	Кисель из концентрата плодового или ягодного	Калорийность-89, Углеводы-22, ВитаминС- 24, ВитаминРР-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-594, Белки-25, Жиры-18, Углеводы-85, Витамина-5, ВитаминС-42, ВитаминРР-8, Натрий-53, Магний-43	=
Итого за день		Калорийность-1 247, Белки-51, Жиры-43, Углеводы-166, Витамина-294, ВитаминС- 44, ВитаминРР-8, Натрий-53, Магний-115	118-54

ИП

Протасов Р.О.

Заведующая
столовойТехник-
технолог

Халнуллина С.П.



26.04.2022 (П.И.Иванов (подпись)
(Зим-весен), 100)

Меню ОВЗ с 12 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 (кукуруза)	Калорийность-38, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-3, ВитаминаА-11, ВитаминС-1, Магний-11	=
200	Омлет натуральный	Калорийность-209, Белки-14, Жиры-16, Углеводы-3, ВитаминаА-278, Магний-20	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
40	Печенье	Калорийность-167, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-30, Магний-8	=
200	Какао с молоком (1-й вариант)	Калорийность-144, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-25, ВитаминС-1, Магний-27	=
Итого за Завтрак		Калорийность-652, Белки-26, Жиры-25, Углеводы-81, ВитаминаА-289, ВитаминС-2, Магний-72	=
Обед			
100	Салат из соевых бобов с луком	Калорийность-60, Жиры-6, Углеводы-1, ВитаминС-1, Магний-2	=
250	Щи из свежей капусты	Калорийность-76, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-6, ВитаминС-18, Магний-18	=
100	Котлеты из птицы припущенные	Калорийность-183, Белки-15, Жиры-10, Углеводы-9, ВитаминаА-5, ВитаминС-2, ВитаминРР-5, Натрий-58, Магний-19	=
180	Макаронные изделия отварные	Калорийность-174, Белки-7, Жиры-1, Углеводы-35, Магний-10	=
200	Кисель из концентрата плодового или ягодного	Калорийность-89, Углеводы-22, ВитаминС- 24, ВитаминРР-4	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-13, Магний-4	=
Итого за Обед		Калорийность-594, Белки-25, Жиры-18, Углеводы-85, ВитаминаА-5, ВитаминС-42, ВитаминРР-8, Натрий-53, Магний-43	=
Итого за день		Калорийность-1 247, Белки-51, Жиры-43, Углеводы-166, ВитаминаА-294, ВитаминС- 44, ВитаминРР-8, Натрий-53, Магний-115	136-83

ИП

Протасов Р.О.

Заведующая
столовойТехник-
технолог

Халнуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Средняя школа"

С.П. Маджугинский

26.04.2022 (П. школа 7-11 лет)

(подпись)



Меню ОБЗ с 1-4класс

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
60	Овощи консервированные отварные (кукуруза)	Калорийность-38, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-3, Витамина-11, ВитаминС-1, Магний-11	=
160	Омлет натуральный	Калорийность-209, Белки-14, Жиры-16, Углеводы-3, Витамина-278, Магний-20	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
40	Печенье	Калорийность-167, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-30, Магний-8	=
200	Какао с молоком (1-й вариант)	Калорийность-144, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-25, ВитаминС-1, Магний-27	=
Итого за Завтрак		Калорийность-652, Белки-26, Жиры-25, Углеводы-81, Витамина-289, ВитаминС-2, Магний-72	=
Обед			
60	Салат из соленых огурцов с луком	Калорийность-36, Жиры-4, Углеводы-1, ВитаминС-1, Магний-1	=
200	Щи из свежей капусты	Калорийность-61, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-5, ВитаминС-15, Магний-14	=
90	Котлеты из птицы припущенные	Калорийность-165, Белки-14, Жиры-9, Углеводы-8, Витамина-5, ВитаминС-2, ВитаминРР-4, Натрий-53, Магний-17	=
150	Макаронные изделия отварные	Калорийность-145, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-29, Магний-8	=
200	Кисель из концентрата плодового или ягодного	Калорийность-89, Углеводы-22, ВитаминС-24, ВитаминРР-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-594, Белки-25, Жиры-19, Углеводы-85, Витамина-5, ВитаминС-42, ВитаминРР-8, Натрий-53, Магний-43	=
Итого за день		Калорийность-1 247, Белки-51, Жиры-43, Углеводы-166, Витамина-294, ВитаминС-44, ВитаминРР-8, Натрий-53, Магний-115	118-54

ИП

(подпись)

Протасов Р.О.

Заведующая столовой



Техник-технолог

(подпись)

Халнулина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ "Специальная (коррекционная) школа"

26.04.2022 (26 апреля 2022 года)

(Этюд-бюджет), 1 лист

Меню ОВЗ с 1-4класс

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
60	Овощи консервированные отварные (кукуруза)	Калорийность-38, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-3, ВитаминА-11, ВитаминС-1, Магний-11	=
130	Омлет натуральный	Калорийность-209, Белки-14, Жиры-16, Углеводы-3, ВитаминА-278, Магний-20	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
40	Печенье	Калорийность-167, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-30, Магний-8	=
200	Какао с молоком (1-й вариант)	Калорийность-144, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-25, ВитаминС-1, Магний-27	=
Итого за Завтрак		Калорийность-652, Белки-26, Жиры-25, Углеводы-81, ВитаминА-289, ВитаминС-2, Магний-72	=
Обед			
60	Салат из соленых огурцов с луком	Калорийность-36, Жиры-4, Углеводы-1, ВитаминС-1, Магний-1	=
200	Птица из свежей капусты	Калорийность-61, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-5, ВитаминС-15, Магний-14	=
90	Котлеты из птицы припущенные	Калорийность-165, Белки-14, Жиры-9, Углеводы-8, ВитаминА-5, ВитаминС-2, ВитаминРР-4, Натрий-53, Магний-17	=
150	Макаронные изделия отварные	Калорийность-145, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-29, Магний-8	=
200	Кисель из концентрата плодового или ягодного	Калорийность-89, Углеводы-22, ВитаминС- 24, ВитаминРР-4	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
Итого за Обед		Калорийность-594, Белки-25, Жиры-18, Углеводы-85, ВитаминА-5, ВитаминС-42, ВитаминРР-8, Натрий-53, Магний-43	=
Итого за день		Калорийность-1 247, Белки-51, Жиры-43, Углеводы-166, ВитаминА-294, ВитаминС- 44, ВитаминРР-8, Натрий-53, Магний-115	118-54

ИП

Протасов Р.О.

Заведующая
столовойТехник-
технолог

Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Славинская средняя школа"

О.Г. Моджеринский

26.04.2022 (Н.школа 7-11 лет
зим-весен), 1ст)

Меню ОВЗ 12 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 (кукуруза)	Калорийность-38, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-3, ВитаминА-11, ВитаминС-1, Магний-11	=
200	Омлет натуральный	Калорийность-209, Белки-14, Жиры-16, Углеводы-3, ВитаминА-278, Магний-20	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
40	Печенье	Калорийность-167, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-30, Магний-8	=
200	Какао с молоком (1-й вариант)	Калорийность-144, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-25, ВитаминС-1, Магний-27	=
Итого за Завтрак		Калорийность-652, Белки-26, Жиры-25, Углеводы-81, ВитаминА-289, ВитаминС-2, Магний-72	=
Обед			
100	Салат из соленых огурцов с луком	Калорийность-60, Жиры-6, Углеводы-1, ВитаминС-1, Магний-2	=
250	Щи из свежей капусты	Калорийность-76, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-6, ВитаминС-18, Магний-18	=
100	Котлеты из птицы припущенные	Калорийность-183, Белки-15, Жиры-10, Углеводы-9, ВитаминА-5, ВитаминС-2, ВитаминРР-5, Натрий-58, Магний-19	=
180	Макаронные изделия отварные	Калорийность-174, Белки-7, Жиры-1, Углеводы-35, Магний-10	=
200	Кисель из концентрата плодового или ягодного	Калорийность-89, Углеводы-22, ВитаминС- 24, ВитаминРР-4	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4	=
Итого за Обед		Калорийность-594, Белки-25, Жиры-18, Углеводы-85, ВитаминА-5, ВитаминС-42, ВитаминРР-8, Натрий-53, Магний-43	=
Итого за день		Калорийность-1 247, Белки-51, Жиры-13, Углеводы-166, ВитаминА-294, ВитаминС- 44, ВитаминРР-8, Натрий-53, Магний-115	=

ИП

Протасов Р.О.

Заведующая
столовойТехник-
технолог

Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДЕНО

Директор _____



26.04.2022 (26 апреля 2022 года)
(этимо-бессон). 100г

Меню ОБЗ с 12 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 (кукуруза)	Калорийность-38, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-3, ВитаминА-11, ВитаминС-1, Магний-11	=
200	Омлет натуральный	Калорийность-209, Белки-14, Жиры-16, Углеводы-3, ВитаминА-278, Магний-20	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
40	Печенье	Калорийность-167, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-30, Магний-8	=
200	Какао с молоком (1-й вариант)	Калорийность-144, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-25, ВитаминС-1, Магний-27	=
Итого за Завтрак		Калорийность-652, Белки-26, Жиры-25, Углеводы-81, ВитаминА-289, ВитаминС-2, Магний-72	=
Обед			
100	Салат из соленых огурцов с луком	Калорийность-60, Жиры-6, Углеводы-1, ВитаминС-1, Магний-2	=
250	Щи из свежей капусты	Калорийность-76, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-6, ВитаминС-18, Магний-18	=
100	Котлеты из птицы припущенные	Калорийность-183, Белки-15, Жиры-10, Углеводы-9, ВитаминА-5, ВитаминС-2, ВитаминРР-5, Натрий-58, Магний-19	=
180	Макаронные изделия отварные	Калорийность-174, Белки-7, Жиры-1, Углеводы-35, Магний-10	=
200	Кисель из концентрата плодового или ягодного	Калорийность-89, Углеводы-22, ВитаминС-24, ВитаминРР-4	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4	=
Итого за Обед		Калорийность-594, Белки-25, Жиры-16, Углеводы-85, ВитаминА-5, ВитаминС-42, ВитаминРР-8, Натрий-53, Магний-43	=
Итого за день		Калорийность-1 247, Белки-51, Жиры-43, Углеводы-166, ВитаминА-294, ВитаминС-44, ВитаминРР-8, Натрий-53, Магний-115	136-83

ИП Р Протасов Р.О.

Заведующая столовой



Техник-технолог

С.П.

Халмуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАФУ "Светская средняя школа"

О.Г. Модзгвишвили

26.04.2022 (Н.школа 7-11 лет
зим-весен), 1вт)

Меню ОБЗ с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Сбалансированность витаминов и мин.
Завтрак			
100	Овощи консервированные отварные (кукуруза)	Калорийность-38, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-3, ВитаминА-11, ВитаминС-1, Магний-11	=
200	Омлет натуральный	Калорийность-209, Белки-14, Жиры-16, Углеводы-3, ВитаминА-278, Магний-20	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
40	Печенье	Калорийность-167, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-30, Магний-8	=
200	Какао с молоком (1-й сорт)	Калорийность-144, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-25, ВитаминС-1, Магний-27	=
Итого за Завтрак		Калорийность-652, Белки-26, Жиры-25, Углеводы-81, ВитаминА-289, ВитаминС-2, Магний-72	=
Обед			
100	Салат из соленых огурцов с луком	Калорийность-60, Жиры-6, Углеводы-1, ВитаминС-1, Магний-2	=
250	Щи из свежей капусты	Калорийность-76, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-6, ВитаминС-18, Магний-18	=
100	Котлеты из птицы припущенные	Калорийность-183, Белки-15, Жиры-10, Углеводы-9, ВитаминА-5, ВитаминС-2, ВитаминРР-5, Натрий-58, Магний-19	=
100	Макаронные изделия отварные	Калорийность-174, Белки-7, Жиры-1, Углеводы-35, Магний-10	=
200	Кисель из концентрата плодового или ягодного	Калорийность-89, Углеводы-22, ВитаминС- 24, ВитаминРР-4	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4	=
Итого за Обед		Калорийность-594, Белки-25, Жиры-18, Углеводы-85, ВитаминА-5, ВитаминС-42, ВитаминРР-8, Натрий-53, Магний-43	=
Итого за день		Калорийность-1 247, Белки-51, Жиры-43, Углеводы-166, ВитаминА-294, ВитаминС- 44, ВитаминРР-8, Натрий-53, Магний-115	136-83

ИП

Р

Протасов Р.О.

Заведующая
столовой



Техник-
технолог

af

Хорошавина Е.И.

Меню 7-11 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Обед			
60	Салат из соленых огурцов с тунцом	Калорийность-36, Жиры-4, Углеводы-1, ВитаминС-1, Магний-1	=
70	Щи из свежей капусты	Калорийность-61, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-5, ВитаминС-15, Магний-14	=
90	Котлеты из птицы припущенные	Калорийность-165, Белки-14, Жиры-9, Углеводы-8, ВитаминА-5, ВитаминС-2, ВитаминРР-4, Натрий-53, Магний-17	=
150	Макаронные изделия отварные	Калорийность-145, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-29, Магний-8	=
200	Кисель из концентрата плодового или ягодного	Калорийность-89, Углеводы-22, ВитаминС- 24, ВитаминРР-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-594, Белки-25, Жиры-16, Углеводы-85, ВитаминА-5, ВитаминС-42, ВитаминРР-8, Натрий-53, Магний-43	=
Итого за день		Калорийность-1 247, Белки-51, Жиры-43, Углеводы-166, ВитаминА-294, ВитаминС- 44, ВитаминРР-8, Натрий-53, Магний-115	=

ИП

Протасов Р.О.

Заведующая
столовой

Техник-
технолог

Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Саянская средняя школа"

О.Г. Модзгаршвили

26.04.2022 (Н.школа 7-11 лет
(зим-весен), 1вт)

Меню ОБЗВ 12 лет и старше

Блюда (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), Белки (г), углеводы (г), жиры (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	количество (шт)
-----------	--------------------	---	-----------------

Завтрак

100	Овощи консервированные отварные (кукуруза)	Калорийность-38, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-3, ВитаминА-11, ВитаминС-1, Магний-11	=
200	Омлет натуральный	Калорийность-209, Белки-14, Жиры-16, Углеводы-3, ВитаминА-278, Магний-20	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
40	Печенье	Калорийность-167, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-30, Магний-8	=
100	Углекисломолочная продукция (1-й сорт)	Калорийность-144, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-25, ВитаминС-1, Магний-37	=

Итого за Завтрак Калорийность-652, Белки-26, Жиры-25, Углеводы-81, ВитаминА-289, ВитаминС-2, Магний-72 =

Обед

100	Салат из соленых огурцов с луком	Калорийность-60, Жиры-6, Углеводы-1, ВитаминС-1, Магний-2	=
250	Щи из свежей капусты	Калорийность-76, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-6, ВитаминС-18, Магний-18	=
100	Котлеты из птицы картофельные	Калорийность-183, Белки-15, Жиры-10, Углеводы-9, ВитаминА-5, ВитаминС-2, ВитаминРР-5, Натрий-58, Магний-19	=
100	Макаронные изделия отварные	Калорийность-174, Белки-7, Жиры-1, Углеводы-35, Магний-10	=
200	Кисель из концентрата плодового или ягодного	Калорийность-89, Углеводы-22, ВитаминС-24, ВитаминРР-4	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4	=

Итого за Обед Калорийность-594, Белки-25, Жиры-18, Углеводы-85, ВитаминА-5, ВитаминС-42, ВитаминРР-8, Натрий-53, Магний-43 =

Итого за день Калорийность-1 247, Белки-51, Жиры-43, Углеводы-166, ВитаминА-294, ВитаминС-54, ВитаминРР-8, Натрий-53, Магний-116 136-27

ИИ

Протасов Р.О.

Заведующая столовой

Техник-технолог

Халидуллин С.М.



[Handwritten signature]

УТВЕРЖДАЮ

Директор [ИП] "АДУУ" "История средневековой школы"

26.04.2022

Меню 7-11 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Обед			
60	Салат из соленых огурцов с луком	Калорийность-36, Жиры-4, Углеводы-1, ВитаминС-1, Магний-1	=
200	Щи из свежей капусты	Калорийность-61, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-5, ВитаминС-15, Магний-1	=
100	Котлеты из птицы тушеные	Калорийность-165, Белки-14, Жиры-9, Углеводы-8, ВитаминА-5, ВитаминС-2, ВитаминРР-4, Натрий-53, Магний-17	=
150	Макаронные изделия отварные	Калорийность-145, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-29, Магний-8	=
200	Кисель из концентрата плодового или ягодного	Калорийность-89, Углеводы-22, ВитаминС-24, ВитаминРР-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-594, Белки-25, Жиры-18, Углеводы-85, ВитаминА-5, ВитаминС-42, ВитаминРР-8, Натрий-53, Магний-43	79-88
Итого за день		Калорийность-1 247, Белки-51, Жиры-43, Углеводы-166, ВитаминА-294, ВитаминС-44, ВитаминРР-8, Натрий-53, Магний-115	

ИП



Протасов Р.О.



Техник-технолог



Хамуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ "Славинская средняя школа"
О.Г. Модзгаривили

26.04.2022 (Н.школа 7-11 лет
(зим-весен), 1вт)

Меню 7-11 лет

Вид продукта	Составление блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость (руб.)
<u>Обед</u>			
60	Салат из соленых огурцов с луком	Калорийность-36, Жиры-4, Углеводы-1, ВитаминС-1, Магний-1	=
200	Щи из свежей капусты	Калорийность-61, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-5, ВитаминС-15, Магний-14	=
90	Котлеты из птицы припущенные	Калорийность-165, Белки-14, Жиры-9, Углеводы-8, ВитаминА-5, ВитаминС-2, ВитаминРР-4, Натрий-53, Магний-17	=
150	Макаронные изделия отварные	Калорийность-145, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-29, Магний-8	=
200	Желе из концентрата плодового или ягодного	Калорийность-89, Углеводы-22, ВитаминС-24, ВитаминРР-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-594, Белки-25, Жиры-18, Углеводы-85, ВитаминА-5, ВитаминС-42, ВитаминРР-8, Натрий-53, Магний-43	79-88
Итого за день		Калорийность-1 247, Белки-51, Жиры-43, Углеводы-166, ВитаминА-294, ВитаминС-44, ВитаминРР-8, Натрий-53, Магний-115	

ИП  Протасов Р.О.

Заведующая
С.Б.Соловей



Техник-технолог

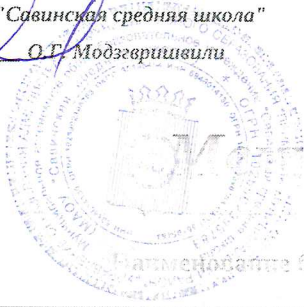
 Халимуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Модзгаршвили

27.04.2022 (С.школа с 12 лет и старше
(зим-весен), 1ср)



№ п/п	Наименование блюда	эм. цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	кол-во (шт)
<u>Обед</u>			
100	Салат из свеклы отварной	Калорийность-89, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-8, ВитаминС-6	=
250	Борщ с капустой и картофелем	Калорийность-95, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-11, ВитаминС-10, Магний-26	=
100	Котлеты рыбные	Калорийность-97, Белки-9, Жиры-1, Углеводы-12, ВитаминА-12, Магний-20	=
130	Пирог картофельный	Калорийность-122, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-11, ВитаминА-36, ВитаминС-5, Магний-30	=
100	Вареники с мясом и капустой	Калорийность-84, Белки-1, Углеводы-7, Магний-14	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13	=
Итого за Обед		Калорийность-628, Белки-23, Жиры-19, Углеводы-90, ВитаминА-48, ВитаминС-21, Магний-94	89-57

Итого за день Калорийность-628, Белки-23, Жиры-19, Углеводы-90, ВитаминА-48, ВитаминС-21, Магний-94

ИП

Протасов Р.О.

Заведующая
столовой



Техник-
технолог

Халлуллина С.П.

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	Салат из свеклы отварной	Калорийность-89, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-8, ВитаминС-6	=
200	Борщ в закусочной и картофель	Калорийность-95, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-11, ВитаминС-10, Магний-26	=
100	Котлеты рыбные	Калорийность-97, Белки-9, Жиры-1, Углеводы-12, ВитаминА-12, Магний-20	=
180	Пюре картофельное	Калорийность-122, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-11, ВитаминА-36, ВитаминС-5, Магний-30	=
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийность-84, Белки-1, Углеводы-20, Магний-14	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13	=
Итого за Обед		Калорийность-628, Белки-23, Жиры-19, Углеводы-90, ВитаминА-48, ВитаминС-21, Магний-94	30,57

Итого за день Калорийность-628, Белки-23, Жиры-19,
Углеводы-90, ВитаминА-48, ВитаминС-21,
Магний-94

ИП Р Протасов Р.О.

Заведующая
столовой 18

Техник-
технолог Х Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Модзерницкая

27.04.2022 (С.школа с 12 лет и старше
(зим-весен), 1ср)

Меню с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость (руб.)
<u>Обед</u>			
100	Салат из свеклы отварной	Калорийность-89, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-8, ВитаминС-6	=
250	Борщ с капустой и картофелем	Калорийность-95, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-11, ВитаминС-10, Магний-26	=
100	Котлеты рыбные	Калорийность-97, Белки-9, Жиры-1, Углеводы-12, ВитаминА-12, Магний-20	=
180	Пюре картофельное	Калорийность-122, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-11, ВитаминА-36, ВитаминС-5, Магний-30	=
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийность-84, Белки-1, Углеводы-20, Магний-14	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-13, Магний-4	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13	=
Итого за Обед		Калорийность-628, Белки-23, Жиры-19, Углеводы-90, ВитаминА-48, ВитаминС-21, Магний-94	89-57

Итого за день Калорийность-628, Белки-23, Жиры-19,
Углеводы-90, ВитаминА-48, ВитаминС-21,
Магний-94

ИП

Протасов Р.О.

Заведующая
столовой



Техник-
технолог

Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ "Светловская средняя школа"

27.04.2022 (Пятница, 27.04.2022)

С.Г. Мельничкина

Меню 7-11 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Обед			
60	<i>Салат из свеклы отварной</i>	Калорийность-53, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5, ВитаминС-3	=
200	<i>Борщ с капустой и картофелем</i>	Калорийность-76, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-9, ВитаминС-8, Магний-21	=
80	<i>Котлеты рыбные</i>	Калорийность-87, Белки-8, Жиры-1, Углеводы-11, ВитаминА-11, Магний-10	=
150	<i>Шюре картофельное</i>	Калорийность-102, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-9, ВитаминА-30, ВитаминС-4, Магний-25	=
200	<i>Компот из смеси сухофруктов</i>	Калорийность-84, Белки-1, Углеводы-20, Магний-14	=
20	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
30	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10	=

Итого за Обед Калорийность-502, Белки-18, Жиры-14,
Углеводы-74, ВитаминА-41, ВитаминС-15,
Магний-81 **79-88**

Итого за день Калорийность-1 040, Белки-42, Жиры-25,
Углеводы-160, ВитаминА-63, ВитаминС-30,
Магний-118

ИП



Протасов Р.О.

Заведующая
столовой



Техник-
технолог



Хитрудинова Т.А.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Совицкая средняя школа"

О.Г. Модзгеришвили

27.04.2022 (Н.школа 7-11 лет
(зим-весен), 1ср)

Меню ОБЗ с 1-4 класс

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	
<u>Завтрак</u>			
90	Котлеты Школьные	Калорийность-189, Белки-13, Жиры-10, Углеводы-11, ВитаминаА-22, ВитаминС-1, Магний-19	=
150	Рис отварной	Калорийность-145, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-29, Магний-8	=
200/7	Чай с лимоном	Калорийность-63, Углеводы-16, ВитаминС-3, Магний-2	=
60	Хлеб пшеничный	Калорийность-141, Белки-5, Углеводы-30, Магний-8	=
Итого за Завтрак		Калорийность-538, Белки-24, Жиры-11, Углеводы-86, ВитаминаА-22, ВитаминС-1, Магний-37	=
<u>Обед</u>			
60	Салат из свеклы отварной	Калорийность-53, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5, ВитаминС-3	=
200	Борщ с капустой и картофелем	Калорийность-76, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-9, ВитаминС-8, Магний-21	=
90	Котлеты рыбные	Калорийность-87, Белки-8, Жиры-1, Углеводы-11, ВитаминаА-11, Магний-18	=
150	Пюре картофельное	Калорийность-102, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-9, ВитаминаА-30, ВитаминС-4, Магний-25	=
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийность-84, Белки-1, Углеводы-20, Магний-14	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10	=
Итого за Обед		Калорийность-502, Белки-18, Жиры-14, Углеводы-74, ВитаминаА-41, ВитаминС-15, Магний-81	=
Итого за день		Калорийность-1 040, Белки-42, Жиры-25, Углеводы-160, ВитаминаА-63, ВитаминС-19, Магний-118	118-54

ИП

Протасов Р.О.

Заведующая
столовой



Техник-
технолог

Халидуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Модзгеришвили

27.04.2022 (Н.школа 7-11 лет
(зим-весен), 1ср)

Меню ОБЗ с 1-4 класс

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	
Завтрак			
90	Котлеты Школьные	Калорийность-189, Белки-13, Жиры-10, Углеводы-11, ВитаминаА-22, ВитаминС-1, Магний-19	=
150	Рис отварной	Калорийность-145, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-29, Магний-8	=
200/7	Чай с лимоном	Калорийность-63, Углеводы-16, ВитаминС-3, Магний-2	=
60	Хлеб пшеничный	Калорийность-141, Белки-5, Углеводы-30, Магний-8	=
Итого за Завтрак		Калорийность-538, Белки-24, Жиры-11, Углеводы-86, ВитаминаА-22, ВитаминС-1, Магний-37	=
Обед			
60	Салат из свеклы отварной	Калорийность-53, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5, ВитаминС-3	=
200	Борщ с капустой и картофелем	Калорийность-76, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-9, ВитаминС-8, Магний-21	=
90	Котлеты рыбные	Калорийность-87, Белки-8, Жиры-1, Углеводы-11, ВитаминаА-11, Магний-18	=
150	Пюре картофельное	Калорийность-102, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-9, ВитаминаА-30, ВитаминС-4, Магний-25	=
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийность-84, Белки-1, Углеводы-20, Магний-14	=
70	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10	=
Итого за Обед		Калорийность-502, Белки-18, Жиры-14, Углеводы-74, ВитаминаА-41, ВитаминС-15, Магний-81	=
Итого за день		Калорийность-1 040, Белки-42, Жиры-25, Углеводы-160, ВитаминаА-63, ВитаминС-19, Магний-118	118-54

ИП

Прогасов Р.О.

Заведующая
столовой

Техник-
технолог

Халпуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

27.04.2022 (Н. Николае 7-11 лет)

(подпись)

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 отварной	Калорийность-53, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5, ВитаминС-3	=
200	Борщ с капустой и картофелем	Калорийность-76, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-9, ВитаминС-8, Магний-21	=
30	Компот рыбные	Калорийность-87, Белки-8, Жиры-1, Углеводы-11, ВитаминаА-11, Магний-10	=
150	Тюре картофельное	Калорийность-102, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-9, ВитаминаА-30, ВитаминС-4, Магний-25	=
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийность-84, Белки-1, Углеводы-20, Магний-14	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10	=
Итого за Обед		Калорийность-502, Белки-18, Жиры-14, Углеводы-74, ВитаминаА-41, ВитаминС-15, Магний-81	79-88
Итого за день		Калорийность-1 040, Белки-42, Жиры-25, Углеводы-160, ВитаминаА-63, ВитаминС-10, Магний-118	

МП

Р

Протасов Р.О.

Заведующая
столовой



Техник-
технолог

гф

Хороших Е.В.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Сельская средняя школа"

О.Ф. Модзгерцивили

27.04.2022 (Н.школа 7-11 лет
(зим-весен), 1ср)

Меню 7-11 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------	--	-------------------------------

Обед

80	Салат из свеклы отварной	Калорийность-53, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5, ВитаминС-3	
200	Суп с капустой и картофелем	Калорийность-76, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-9, ВитаминС-8, Магний-21	=
90	Котлеты рыбные	Калорийность-87, Белки-8, Жиры-1, Углеводы-11, ВитаминА-11, Магний-18	=
150	Пюре картофельное	Калорийность-102, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-9, ВитаминА-30, ВитаминС-4, Магний-25	=
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийность-84, Белки-1, Углеводы-20, Магний-14	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10	=
Итого за Обед		Калорийность-502, Белки-18, Жиры-14, Углеводы-74, ВитаминА-41, ВитаминС-18, Магний-81	

Итого за день Калорийность-1 040, Белки-42, Жиры-25,
Углеводы-160, ВитаминА-63, ВитаминС-19,
Магний-118

ИП

Протасов Р.О.

Заведующая
столовой



Техник-
технолог

Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Светская средняя школа"

О.Е. Мобзгершвили

27.04.2022 (Н.школа 7-11 лет
(зим-весен), 1ср)

Меню 7-11 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------	--	-------------------------------

Обед

80	Салат из свеклы отварной	Калорийность-53, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5, ВитаминС-3	=
200	Пюре с капустой и картофелем	Калорийность-76, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-9, ВитаминС-8, Магний-21	=
90	Котлеты рыбные	Калорийность-87, Белки-8, Жиры-1, Углеводы-11, ВитаминА-11, Магний-18	=
150	Пюре картофельное	Калорийность-102, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-9, ВитаминА-30, ВитаминС-4, Магний-25	=
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийность-84, Белки-1, Углеводы-20, Магний-14	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10	=
Итого за Обед		Калорийность-502, Белки-18, Жиры-14, Углеводы-74, ВитаминА-41, ВитаминС-15, Магний-81	27,10
Итого за день		Калорийность-1 040, Белки-42, Жиры-25, Углеводы-160, ВитаминА-63, ВитаминС-19, Магний-118	

ИП



Протасов Р.О.

Заведующая
столовой



Техник-
технолог



Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Модзгершвили

27.04.2022 (Н.школа 7-11 лет
(зим-весен), 1ср)

Меню ОВЗ с 1-4 класс

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость блюда (руб)
Завтрак			
90	Котлеты Школьные	Калорийность-189, Белки-13, Жиры-10, Углеводы-11, ВитаминА-22, ВитаминС-1, Магний-19	=
150	Рис отварной	Калорийность-145, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-29, Магний-8	=
200/7	Чай с лимоном	Калорийность-63, Углеводы-16, ВитаминС-3, Магний-2	=
60	Хлеб пшеничный	Калорийность-141, Белки-5, Углеводы-30, Магний-8	=
Итого за Завтрак		Калорийность-538, Белки-24, Жиры-11, Углеводы-86, ВитаминА-22, ВитаминС-3, Магний-37	
Обед			
60	Салат из свеклы отварной	Калорийность-53, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5, ВитаминС-3	=
200	Борщ с капустой и картофелем	Калорийность-76, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-9, ВитаминС-8, Магний-21	=
90	Котлеты рыбные	Калорийность-87, Белки-8, Жиры-1, Углеводы-11, ВитаминА-11, Магний-18	=
150	Пюре картофельное	Калорийность-102, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-9, ВитаминА-30, ВитаминС-4, Магний-25	=
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийность-84, Белки-1, Углеводы-20, Магний-14	=
60	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10	=
Итого за Обед		Калорийность-502, Белки-18, Жиры-14, Углеводы-74, ВитаминА-41, ВитаминС-15, Магний-81	=
Итого за день		Калорийность-1 040, Белки-42, Жиры-25, Углеводы-160, ВитаминА-63, ВитаминС-19, Магний-118	118-54

ИП

Протасов Р.О.

Заведующая
столовойТехник-
технолог

Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Модзгаричвили

27.04.2022 (Н.школа 7-11 лет
(зим-весен), 1ср)

Меню ОБЗ с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
100	Котлеты Школьные	Калорийность-189, Белки-13, Жиры-10, Углеводы-11, ВитаминаА-22, ВитаминС-1, Магний-19	=
180	Рис отварной	Калорийность-145, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-29, Магний-8	=
200/7	Чай с лимоном	Калорийность-63, Углеводы-16, ВитаминС- 3, Магний-2	=
60	Хлеб пшеничный	Калорийность-141, Белки-5, Углеводы-80, Магний-8	=
Итого за Завтрак		Калорийность-538, Белки-24, Жиры-12, Углеводы-86, ВитаминА-22, ВитаминС-4, Магний-37	
Обед			
100	Салат из свеклы отварной	Калорийность-89, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-8, ВитаминС-6	=
250	Борщ с капустой и картофелем	Калорийность-95, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-11, ВитаминС-10, Магний-26	=
100	Котлеты рыбные	Калорийность-97, Белки-9, Жиры-1, Углеводы-12, ВитаминаА-12, Магний-20	=
180	Пюре картофельное	Калорийность-122, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-11, ВитаминаА-36, ВитаминС-5, Магний-30	=
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийность-84, Белки-1, Углеводы-20, Магний-14	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13	=
Итого за Обед		Калорийность-502, Белки-18, Жиры-14, Углеводы-74, ВитаминаА-41, ВитаминС-15, Магний-81	=
Итого за день		Калорийность-1 040, Белки-42, Жиры-25, Углеводы-160, ВитаминаА-63, ВитаминС-19, Магний-118	136-83

ИП

Прогасов Р.О.

Заведующая
столовой

Техник-
технолог

Халпулдина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Модзгеришвили

27.04.2022 (Н.школа 7-11 лет

(виза-расчет) (стр.)

Меню ОВЗ с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
100	Котлеты Школьные	Калорийность-189, Белки-13, Жиры-10, Углеводы-11, Витамина-22, ВитаминС-1, Магний-19	=
180	Рис отварной	Калорийность-145, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-29, Магний-8	=
200/7	Чай с лимоном	Калорийность-63, Углеводы-16, ВитаминС-3, Магний-2	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-141, Белки-5, Углеводы-31, Магний-8	=
Итого за Завтрак		Калорийность-538, Белки-24, Жиры-11, Углеводы-86, Витамина-22, ВитаминС-4, Магний-37	=
Обед			
100	Салат из свеклы отварной	Калорийность-89, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-8, ВитаминС-6	=
250	Борщ с капустой и картофелем	Калорийность-95, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-11, ВитаминС-10, Магний-26	=
100	Котлеты рыбные	Калорийность-97, Белки-9, Жиры-1, Углеводы-12, Витамина-12, Магний-20	=
100	Шоре картофельное	Калорийность-122, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-11, Витамина-36, ВитаминС-6, Магний-30	=
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийность-84, Белки-1, Углеводы-10, Магний-14	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13	=
Итого за Обед		Калорийность-502, Белки-18, Жиры-14, Углеводы-74, Витамина-41, ВитаминС-15, Магний-81	=
Итого за день		Калорийность-1 040, Белки-42, Жиры-25, Углеводы-160, Витамина-63, ВитаминС-19, Магний-118	136-83

ИИТ

Р

Протасов Р.О.

Заведующая
столовой



Техниче-
технолог

af

Утверждено

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Саринская средняя школа"

_____ / И. Г. Моздженецкий

27.04.2022 (Н.школа 7-11 лет)

_____ /

Меню ОВЗ с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
100	Котлеты Школьные	Калорийность-189, Белки-13, Жиры-10, Углеводы-11, ВитаминаА-22, ВитаминС-1, Магний-19	=
180	Рис отварной	Калорийность-145, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-29, Магний-8	=
200/7	Чай с лимоном	Калорийность-63, Углеводы-16, ВитаминС-3, Магний-2	=
60	Хлеб пшеничный	Калорийность-141, Белки-5, Углеводы-30, Магний-8	=
Итого за Завтрак		Калорийность-538, Белки-24, Жиры-11, Углеводы-86, ВитаминаА-22, ВитаминС-4, Магний-37	=
Обед			
100	Салат из свеклы отварной	Калорийность-89, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-8, ВитаминС-6	=
250	Борщ с капустой и картофелем	Калорийность-95, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-11, ВитаминС-10, Магний-26	=
100	Котлеты рыбные	Калорийность-97, Белки-9, Жиры-1, Углеводы-12, ВитаминА-12, Магний-20	=
100	Гюгес картофельное	Калорийность-122, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-11, ВитаминА-36, ВитаминС-3, Магний-30	=
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийность-84, Белки-1, Углеводы-20, Магний-14	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13	=
Итого за Обед		Калорийность-502, Белки-18, Жиры-14, Углеводы-74, ВитаминаА-41, ВитаминС-15, Магний-81	=
Итого за день		Калорийность-1 040, Белки-42, Жиры-25, Углеводы-160, ВитаминаА-63, ВитаминС-19, Магний-118	136-83

ИП

Протасов Р.О.

Заведующая
столовой

Техник-
технолог

Специально подготовлено



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Модгеришвили

28.04.2022 (С.школа с 12 лет и старше
(зим-весен), 1чт)

Меню с 12 лет и старше

Выход	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость
	<u>Обед</u>		
100	Салат картофельный с солеными огурцами и зеленым горошком	Калорийность-94, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-9, ВитаминС-15, ВитаминРР-1, Натрий-183, Магний-17	=
250	Рассольник ленинградский	Калорийность-121, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-16, ВитаминС-8, Магний-26	=
100	Биточки из фарша индейки с овощами	Калорийность-340, Белки-45, Жиры-24, Углеводы-26, ВитаминС-6, Магний-25	=
180	Каша гречневая рассыпчатая	Калорийность-304, Белки-10, Жиры-9, Углеводы-44, Магний-162	=
200	Чай с сахаром	Калорийность-60, Углеводы-15, Магний-4	=
20	Квас из пшеницы	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-16, Магний-4	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13	=
Итого за Обед		Калорийность-1 059, Белки-64, Жиры-44, Углеводы-138, ВитаминС-29, ВитаминРР-1, Натрий-183, Магний-235	89-57

Итого за день Калорийность-1 059, Белки-64, Жиры-44, Углеводы-138, ВитаминС-29, ВитаминРР-1, Натрий-183, Магний-235

ИП

Протасов Р.О.

Заведующая
столовой

Техник-
технолог

Халиуллина С.П.

28.04.2022 (С.школа с 12 лет и старше)
(зим-весен), 1чт)

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>			
180	Салат картофельный с солеными огурцами и зеленым горошком	Калорийность-94, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-9, ВитаминС-15, ВитаминР-1, Натрий-183, Магний-17	=
250	Рассольник ленинградский	Калорийность-121, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-16, ВитаминС-8, Магний-26	=
100	Биточки из фарша индейки с овощами	Калорийность-340, Белки-45, Жиры-24, Углеводы-26, ВитаминС-6, Магний-25	=
180	Каша гречневая рассыпчатая	Калорийность-304, Белки-10, Жиры-9, Углеводы-44, Магний-162	=
200	Чай с сахаром	Калорийность-60, Углеводы-15, Магний-1	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4	=
49	Хлеб ржаной	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13	=
Итого за Обед		Калорийность-1 059, Белки-64, Жиры-44, Углеводы-138, ВитаминС-29, ВитаминР-1, Натрий-183, Магний-235	1000 руб

Итого за день Калорийность-1 059, Белки-64, Жиры-44,
Углеводы-138, ВитаминС-29, ВитаминРР-1,
Натрий-183, Магний-235

ИП Р Протасов Р.О.

Заведующая
столовой



Техник-
технолог

Халиуллина С.П.

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	Салат картофельный с солеными огурцами и зеленым горошком	Калорийность-94, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-9, ВитаминС-15, ВитаминРР-1, Натрий-183, Магний-17	=
250	Рассольник ленинградский	Калорийность-121, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-16, ВитаминС-8, Магний-26	=
100	Биточки из фарша индейки с овощами	Калорийность-340, Белки-45, Жиры-24, Углеводы-26, ВитаминС-6, Магний-25	=
180	Каша гречневая рассыпчатая	Калорийность-304, Белки-10, Жиры-9, Углеводы-44, Магний-162	=
200	Чай с сахаром	Калорийность-60, Углеводы-15, Магний-1	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4	=
10	Хлеб ржаной	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13	=
Итого за Обед		Калорийность-1 059, Белки-64, Жиры-44, Углеводы-138, ВитаминС-29, ВитаминРР-1, Натрий-183, Магний-235	1059

Итого за день Калорийность-1 059, Белки-64, Жиры-44,
Углеводы-138, ВитаминС-29, ВитаминРР-1,
Натрий-183, Магний-235

ИП



Протасов Р.О.

Заведующая
столовой



Техник-
технолог



Халидуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

28.04.2022 (Н.школа 7-11 лет)

(подпись) _____

Меню ОВЗ с 1-4 класс

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
80	Булочка российская	Калорийность-271, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-47, Магний-8	=
200	Каша пшеничная молочная жидкая	Калорийность-181, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-26, ВитаминА-37, ВитаминС-1, Магний-28	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
210	Кофейный напиток с молоком	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-16, ВитаминС-1, Магний-14	=
Итого за Завтрак		Калорийность-625, Белки-17, Жиры-16, Углеводы-109, ВитаминА-37, ВитаминС-2, Магний-56	=
<u>Обед</u>			
60	Салат картофельный с солеными огурцами и зеленым горошком	Калорийность-56, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-5, ВитаминС-9, ВитаминРР-1, Натрий-110, Магний-10	=
200	Рассольник ленинградский	Калорийность-97, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-13, ВитаминС-6, Магний-21	=
80	Выпечка из фарша индейки с овощами	Калорийность-306, Белки-41, Жиры-17, Углеводы-23, ВитаминС-6, Магний-21	=
150	Каша гречневая рассыпчатая	Калорийность-253, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-37, Магний-135	=
200	Чай с сахаром	Калорийность-60, Углеводы-15, Магний-1	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10	=
Итого за Обед		Калорийность-872, Белки-57, Жиры-38, Углеводы-113, ВитаминС-21, ВитаминРР-1, Натрий-110, Магний-192	=
Итого за день		Калорийность-1 496, Белки-74, Жиры-54, Углеводы-222, ВитаминА-37, ВитаминС-23, ВитаминРР-1, Натрий-110, Магний-348	118-54

В.П.



Протасов Р.О.

Заведующая
столовой



Техник-
технолог



Техник-технолог

УТВЕРЖДАЮ

Директор "Муниципального общеобразовательного учреждения
"Средняя школа № 1" г. Псков

28.04.2022

Меню ОБЗ с 1-4 класс

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
80	Булочка российская	Калорийность-271, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-47, Магний-8	=
200	Каша пшеничная молочная разрыхлитель	Калорийность-181, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-26, ВитаминА-37, ВитаминС-1, Магний-28	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
200	Кофейный напиток с молоком	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-16, ВитаминС-1, Магний-14	=
Итого за Завтрак		Калорийность-625, Белки-17, Жиры-16, Углеводы-109, ВитаминА-37, ВитаминС-2, Магний-56	=
Обед			
60	Салат картофельный с солеными огурцами и зеленым горошком	Калорийность-56, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-5, ВитаминС-9, ВитаминРР-1, Натрий-110, Магний-10	=
200	Пельмени ленинградский	Калорийность-97, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-13, ВитаминС-6, Магний-21	=
80	Выпечка из фарша индейки с овощами	Калорийность-306, Белки-41, Жиры-21, Углеводы-23, ВитаминС-6, Магний-22	=
150	Каша гречневая рассыпчатая	Калорийность-253, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-37, Магний-135	=
200	Чай с сахаром	Калорийность-60, Углеводы-15, Магний-1	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10	=
Итого за Обед		Калорийность-872, Белки-57, Жиры-38, Углеводы-113, ВитаминС-21, ВитаминРР-1, Натрий-110, Магний-192	=
Итого за день		Калорийность-1 496, Белки-74, Жиры-54, Углеводы-222, ВитаминА-37, ВитаминС-3, ВитаминРР-1, Натрий-110, Магний-244	=

ИП

Протасов Р.О.

Заведующая
столовойТехник-
технолог

Халиуллина С.П.

Меню ОВЗ с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
40	Булочка российская	Калорийность-271, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-47, Магний-8	
220	Каша пшеничная молочная жидкая	Калорийность-181, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-26, ВитаминА-37, ВитаминС-1, Магний-28	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
200	Кофейный напиток с молоком	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-16, ВитаминС-1, Магний-14	=
Итого за Завтрак		Калорийность-625, Белки-17, Жиры-16, Углеводы-109, ВитаминА-37, ВитаминС-2, Магний-56	=
Обед			
170	Салат картофельный с колбасой, огурцами и зеленым горошком	Калорийность-94, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-9, ВитаминС-15, ВитаминВ1-1, Натрий-183, Магний-17	
250	Рассольник ленинградский	Калорийность-121, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-16, ВитаминС-8, Магний-26	=
100	Биточки из фарша индейки с овощами	Калорийность-340, Белки-45, Жиры-24, Углеводы-26, ВитаминС-6, Магний-25	=
180	Каша гречневая рассыпчатая	Калорийность-304, Белки-10, Жиры-9, Углеводы-44, Магний-162	=
200	Чай с сахаром	Калорийность-60, Углеводы-15, Магний-1	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13	=
Итого за Обед		Калорийность-872, Белки-57, Жиры-30, Углеводы-113, ВитаминС-21, ВитаминВ1-1, Натрий-110, Магний-192	
Итого за день		Калорийность-1 496, Белки-74, Жиры-54, Углеводы-222, ВитаминА-37, ВитаминС-23, ВитаминРР-1, Натрий-110, Магний-248	136-00

ИП  Протасов Р.О.

Заведующая столовой 

Техник-технолог  Халиуллина С.П.



Меню ОВЗ с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
40	Булочка российская	Калорийность-271, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-47, Магний-8	=
220	Малик пшеничная молочная жидкая	Калорийность-181, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-26, ВитаминаА-37, ВитаминС-1, Магний-28	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
200	Кофейный напиток с молоком	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-16, ВитаминС-1, Магний-14	=
Итого за Завтрак		Калорийность-625, Белки-17, Жиры-16, Углеводы-109, ВитаминаА-37, ВитаминС-2, Магний-56	=
<u>Обед</u>			
100	Салат картофельный с селедочкой, огурцами и зеленым горошком	Калорийность-94, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-9, ВитаминС-15, ВитаминР-1, Натрий-183, Магний-17	=
250	Рассольник ленинградский	Калорийность-121, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-16, ВитаминС-8, Магний-26	=
100	Биточки из фарша индейки с овощами	Калорийность-340, Белки-45, Жиры-24, Углеводы-26, ВитаминС-6, Магний-25	=
180	Каша гречневая рассыпчатая	Калорийность-304, Белки-10, Жиры-9, Углеводы-44, Магний-162	=
200	Чай с сахаром	Калорийность-60, Углеводы-15, Магний-1	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13	=
Итого за Обед		Калорийность-872, Белки-57, Жиры-56, Углеводы-113, ВитаминС-21, ВитаминР-1, Натрий-110, Магний-192	=
Итого за день		Калорийность-1 496, Белки-74, Жиры-54, Углеводы-222, ВитаминаА-37, ВитаминС-23, ВитаминРР-1, Натрий-110, Магний-248	136-83

ИП

Протасов Р.О.

Заведующая
столовойТехник-
технолог

Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Садинская средняя школа"

О.Б. Модзгврийвили

28.04.2022 (Н.школа 7-11 лет
(зим-весен), 1чт)

Меню 7-11 лет

Количество (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Примечание
<u>Обед</u>			
60	Салат картофельный с солеными огурцами и зеленым горошком	Калорийность-56, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-5, ВитаминС-9, ВитаминРР-1, Натрий-110, Магний-10	=
200	Рассольник ленинградский	Калорийность-97, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-13, ВитаминС-6, Магний-21	=
90	Биточки из фарша индейки с овощами	Калорийность-306, Белки-41, Жиры-22, Углеводы-23, ВитаминС-6, Магний-22	=
150	Каша гречневая рассыпчатая	Калорийность-253, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-37, Магний-135	=
200	Чай с сахаром	Калорийность-60, Углеводы-15, Магний-3	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10	=
Итого за Обед		Калорийность-872, Белки-57, Жиры-38, Углеводы-113, ВитаминС-21, ВитаминРР-1, Натрий-110, Магний-192	79-88

Итого за день Калорийность-1 496, Белки-74, Жиры-54, Углеводы-222, ВитаминА-37, ВитаминС-23, ВитаминРР-1, Натрий-110, Магний-248

ИП

Протасов Р.О.

Заведующая
столовой



Техник-
технолог

Хамулина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Модзгеришвили

28.04.2022 (Н.школа 7-11 лет
(зим-весен), 1чт)

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 картофельный с солеными огурцами и зеленым горошком	Калорийность-56, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-5, ВитаминС-9, ВитаминРР-1, Натрий-110, Магний-10	=
200	Рассольник ленинградский	Калорийность-97, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-13, ВитаминС-6, Магний-21	=
80	Биточки из фарша индейки с овощами	Калорийность-306, Белки-41, Жиры-22, Углеводы-23, ВитаминС-6, Магний-22	=
150	Мака гречневая рассыпчатая	Калорийность-253, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-37, Магний-135	=
200	Чай с сахаром	Калорийность-60, Углеводы-15, Магний-1	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10	=
Итого за Обед		Калорийность-872, Белки-57, Жиры-38, Углеводы-113, ВитаминС-21, ВитаминРР-1, Натрий-110, Магний-192	79-88

Итого за день Калорийность-1 496, Белки-74, Жиры-54, Углеводы-222, ВитаминА-37, ВитаминС-23, ВитаминРР-1, Натрий-110, Магний-248

И.О.

Протасов Р.О.

Заведующая
столовой



Техни-
технолог

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>			
150	Суп с рыбными консервами	Калорийность-64, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-5, ВитаминА-10, ВитаминС-1, Магний-18	=
200	Запеканка картофельная с печеню	Калорийность-166, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-16, ВитаминС-3, Магний-48	=
200	Компот из изюма	Калорийность-277, Белки-15, Жиры-7, Углеводы-37, ВитаминА-4 812, ВитаминВ2-1, ВитаминС-58, ВитаминРР-8, Натрий-445, Магний-57	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-72, Углеводы-18, ВитаминС-1, ВитаминРР-1, Натрий-4, Магний-4	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4	=

Итого за Обед Калорийность-719, Белки-32, Жиры-18, Углеводы-104, ВитаминА-4 830, ВитаминВ2-1, ВитаминС-69, ВитаминРР-9, Натрий-449, Магний-131

Итого за день Калорийность-719, Белки-32, Жиры-18, Углеводы-104, ВитаминА-4 830, ВитаминВ2-1, ВитаминС-69, ВитаминРР-9, Натрий-449, Магний-131

ИП  Протасов Р.О.

Заведующая столовой 

Техник-технолог  Хамтуллина С.П.



ВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Модзгоршвили

29.04.2022 (С.школа с 12 лет и старше
(зим-весен), 2шт)

меню с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость (руб)
<u>Обед</u>			
100	Овощи консервированные отварные (кукуруза)	Калорийность-64, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-5, ВитаминА-18, ВитаминС-2, Магний-18	=
250	Суп с рыбными консервами	Калорийность-166, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-16, ВитаминС-8, Магний-48	=
200	Запеканка картофельная с печенью	Калорийность-277, Белки-15, Жиры-7, Углеводы-37, ВитаминА-4 812, ВитаминВ2- 1, ВитаминС-58, ВитаминРР-8, Натрий-445, Магний-57	=
30	Джемтон из изюма	Калорийность-72, Углеводы-18, ВитаминС- 1, ВитаминРР-1, Натрий-4, Магний-4	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13	=
Итого за Обед		Калорийность-719, Белки-32, Жиры-18, Углеводы-104, ВитаминА-4 830, ВитаминВ2-1, ВитаминС-69, ВитаминРР-9, Натрий-449, Магний-131	89-57

Итого за день Калорийность-719, Белки-32, Жиры-18,
Углеводы-104, ВитаминА-4 830,
ВитаминВ2-1, ВитаминС-69, ВитаминРР-9,
Натрий-449, Магний-131

МП

Р

Протасов Р.О.



Заседующая
столовой

Л

Техник-
технолог

ас

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ "Средняя общеобразовательная школа № 12"

29.04.2022 (С.школа с 12 лет и старше)

(подпись)

Меню с 12 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	Овощи консервированные отварные (кукуруза)	Калорийность-64, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-5, ВитаминА-18, ВитаминС-2, Магний-18	=
250	Суп с рыбными консервами	Калорийность-166, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-16, ВитаминС-8, Магний-10	=
277	Запеканка картофельная с печенью	Калорийность-277, Белки-15, Жиры-3, Углеводы-37, ВитаминА-4 812, ВитаминС-1, ВитаминС-58, ВитаминРР-8, Натрий-446, Магний-57	=
200	Компот из изюма	Калорийность-72, Углеводы-18, ВитаминС-1, ВитаминРР-1, Натрий-4, Магний-4	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13	=
Итого за Обед		Калорийность-719, Белки-32, Жиры-18, Углеводы-104, ВитаминА-4 830, ВитаминВ2-1, ВитаминС-69, ВитаминРР-9, Натрий-449, Магний-131	89-57

Итого за день Калорийность-719, Белки-32, Жиры-18,
Углеводы-104, ВитаминА-4 830,
ВитаминВ2-1, ВитаминС-69, ВитаминРР-9,
Натрий-449, Магний-131

ИП

(подпись)

Протасов Р.О.

Заведующая
столовой

(подпись)

Техник-
технолог

(подпись)

Холмулина С.Н.



УТВЕРЖДАЮ

Директор



29.04.2022

Стороженко С.В.

Меню ОБЗ с 1-4 класс

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
40	Вафли	Калорийность-140, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-31, Магний-4	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
70	Чай каркаде	Калорийность-56, Углеводы-14, Витамины-1	=
150	Дюре картофельное	Калорийность-102, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-9, ВитаминА-30, ВитаминС-4, Магний-25	=
90	Биточки из птицы припущенные	Калорийность-165, Белки-14, Жиры-9, Углеводы-8, ВитаминА-53, ВитаминС-1, Магний-17	=
Итого за Завтрак		Калорийность-557, Белки-21, Жиры-16, Углеводы-82, ВитаминА-86, ВитаминС-5, Магний-52	=
Обед			
60	Овощи консервированные стварные (кукуруза)	Калорийность-38, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-3, ВитаминА-11, ВитаминС-1, Магний-11	=
200	Суп с рыбными консервами	Калорийность-133, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-13, ВитаминС-6, Магний-30	=
180	Запеканка картофельная с печенью	Калорийность-249, Белки-14, Жиры-7, Углеводы-33, ВитаминА-4 331, ВитаминВ2-1, ВитаминС-52, ВитаминРР-7, Натрий-400, Магний-52	=
200	Компот из изюма	Калорийность-72, Углеводы-18, ВитаминС-1, ВитаминРР-1, Натрий-4, Магний-4	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10	=
Итого за Обед		Калорийность-591, Белки-27, Жиры-15, Углеводы-87, ВитаминА-4 342, ВитаминВ2-1, ВитаминС-60, ВитаминРР-8, Натрий-404, Магний-109	=
Итого за день		Калорийность-1 148, Белки-48, Жиры-31, Углеводы-169, ВитаминА-4 428, ВитаминВ2-1, ВитаминС-65, ВитаминРР-8, Натрий-404, Магний-161	=

ИП

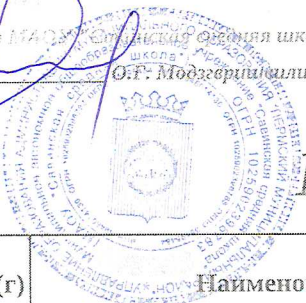
Протасов Р.О.

Заведующая
столовой



Техник-
технолог

Халиуллина С.И.



Меню ОБЗ с 1-4 класс

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
40	Пирог	Калорийность-140, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-31, Магний-4	
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-31, Магний-6	
200	Чай каркаде	Калорийность-56, Углеводы-14, ВитаминА-3	=
150	Пюре картофельное	Калорийность-102, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-9, ВитаминА-30, ВитаминС-4, Магний-25	=
90	Биточки из птицы припущенные	Калорийность-165, Белки-14, Жиры-9, Углеводы-8, ВитаминА-53, ВитаминС-1, Магний-17	=
Итого за Завтрак		Калорийность-557, Белки-21, Жиры-16, Углеводы-82, ВитаминА-86, ВитаминС-5, Магний-52	
<u>Обед</u>			
40	Овощи консервированные мизантные (кукуруза)	Калорийность-38, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-3, ВитаминА-11, ВитаминС-6, Магний-11	
200	Суп с рыбными консервами	Калорийность-133, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-13, ВитаминС-6, Магний-39	=
180	Запеканка картофельная с печенью	Калорийность-249, Белки-14, Жиры-7, Углеводы-33, ВитаминА-4 331, ВитаминВ2- 1, ВитаминС-52, ВитаминРР-7, Натрий-400, Магний-52	=
200	Компот из изюма	Калорийность-72, Углеводы-18, ВитаминС- 1, ВитаминРР-1, Натрий-4, Магний-4	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10	=
Итого за Обед		Калорийность-591, Белки-27, Жиры-18, Углеводы-87, ВитаминА-4 342, ВитаминВ2- 1, ВитаминС-60, ВитаминРР-8, Натрий-404, Магний-109	
Итого за день		Калорийность-1 148, Белки-48, Жиры-31, Углеводы-169, ВитаминА-4 428, ВитаминВ2-1, ВитаминС-65, ВитаминРР-8, Натрий-404, Магний-161	118-54

ИП  Протасов Р.О.



Техник-технолог  Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.П. Модзгеришвили

29.04.2022 (Н.школа 7-11 лет
(зим-весен), 2пт)

Меню ОБЗ с 1-4 класс

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
40	Пшеница	Калорийность-140, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-31, Магний-4	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
200	Чай каркаде	Калорийность-56, Углеводы-14, ВитаминА-3	=
150	Пюре картофельное	Калорийность-102, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-9, ВитаминА-30, ВитаминС-4, Магний-25	=
90	Биточки из птицы припущенные	Калорийность-165, Белки-14, Жиры-9, Углеводы-8, ВитаминА-53, ВитаминС-1, Магний-17	=
Итого за Завтрак		Калорийность-557, Белки-21, Жиры-16, Углеводы-82, ВитаминА-86, ВитаминС-5, Магний-52	
<u>Обед</u>			
60	Овощи консервированные отварные (кукуруза)	Калорийность-38, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-3, ВитаминА-11, ВитаминС-1, Магний-11	=
200	Суп с рыбными консервами	Калорийность-133, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-13, ВитаминС-6, Магний-39	=
180	Запеканка картофельная с печенью	Калорийность-249, Белки-14, Жиры-7, Углеводы-33, ВитаминА-4 331, ВитаминВ2- 1, ВитаминС-52, ВитаминРР-7, Натрий-400, Магний-52	=
200	Компот из изюма	Калорийность-72, Углеводы-18, ВитаминС- 1, ВитаминРР-1, Натрий-4, Магний-4	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
20	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10	=
Итого за Обед		Калорийность-591, Белки-27, Жиры-15, Углеводы-87, ВитаминА-4 342, ВитаминВ2- 1, ВитаминС-60, ВитаминРР-8, Натрий-404, Магний-109	
Итого за день		Калорийность-1 148, Белки-48, Жиры-31, Углеводы-169, ВитаминА-4 428, ВитаминВ2-1, ВитаминС-65, ВитаминРР-8, Натрий-404, Магний-161	118-54

ИП

Р

Протасов Р.О.

Заведующая
столовой



Техник-
технолог

С.П.

Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Модзгаринский

29.04.2022 (Н.школа 7-11 лет
(зим-весен), 2шт)

Меню ОВЗ с 12 лет и старше

Количество	Наименование блюда	эк. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), жиры (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	
<u>Завтрак</u>			
40	Вафли	Калорийность-140, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-31, Магний-4	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
200	Чай каркаде	Калорийность-56, Углеводы-14, ВитаминА-3	=
180	Пюре картофельное	Калорийность-102, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-9, ВитаминА-30, ВитаминС-4, Магний-25	=
100	Выпечка из птицы подрученые	Калорийность-165, Белки-14, Жиры-9, Углеводы-8, ВитаминА-53, ВитаминС-17, Магний-17	=
Итого за Завтрак		Калорийность-557, Белки-21, Жиры-16, Углеводы-82, ВитаминА-86, ВитаминС-5, Магний-52	=
<u>Обед</u>			
100	Овощи консервированные отварные (кукуруза)	Калорийность-64, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-5, ВитаминА-18, ВитаминС-2, Магний-18	=
250	Суп с рыбными консервами	Калорийность-166, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-16, ВитаминС-8, Магний-48	=
200	Запеканка картофельная с печенью	Калорийность-277, Белки-15, Жиры-7, Углеводы-37, ВитаминА-4 812, ВитаминВ2-1, ВитаминС-58, ВитаминРР-8, Натрий-445, Магний-57	=
100	Компот из изюма	Калорийность-72, Углеводы-18, ВитаминС-1, ВитаминРР-1, Натрий-4, Магний-4	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13	=
Итого за Обед		Калорийность-591, Белки-27, Жиры-15, Углеводы-87, ВитаминА-4 342, ВитаминВ2-1, ВитаминС-60, ВитаминРР-8, Натрий-404, Магний-109	=
Итого за день		Калорийность-1 148, Белки-48, Жиры-31, Углеводы-169, ВитаминА-4 428, ВитаминВ2-1, ВитаминС-65, ВитаминРР-8, Натрий-404, Магний-161	136-83

МП

Р

Протасов Р.О.



Технический

Р

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Саратовская средняя школа"

О.Г. Модзгеришвили

29.04.2022 (Н.школа 7-11 лет
(зим-весен), 2шт)



Меню ОВЗ с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	платформа (руб)
Завтрак			
40	Вафли	Калорийность-140, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-31, Магний-4	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
200	Чай каркаде	Калорийность-56, Углеводы-14, ВитаминА-3	=
180	Пюре картофельное	Калорийность-102, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-9, ВитаминА-30, ВитаминС-4, Магний-25	=
100	Запеканка из птицы молочные	Калорийность-165, Белки-14, Жиры-8, Углеводы-8, ВитаминА-53, ВитаминС-1, Магний-17	=
Итого за Завтрак		Калорийность-557, Белки-21, Жиры-16, Углеводы-82, ВитаминА-86, ВитаминС-5, Магний-52	=
Обед			
100	Овощи консервированные отварные (кукуруза)	Калорийность-64, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-5, ВитаминА-18, ВитаминС-2, Магний-18	=
250	Суп с рыбными консервами	Калорийность-166, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-16, ВитаминС-8, Магний-48	=
200	Запеканка картофельная с печенью	Калорийность-277, Белки-15, Жиры-7, Углеводы-37, ВитаминА-4 812, ВитаминВ2- 1, ВитаминС-58, ВитаминРР-8, Натрий-3, Магний-57	=
200	Компот из изюма	Калорийность-72, Углеводы-18, ВитаминС- 1, ВитаминРР-1, Натрий-4, Магний-4	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13	=
Итого за Обед		Калорийность-591, Белки-27, Жиры-15, Углеводы-87, ВитаминА-4 342, ВитаминВ2- 1, ВитаминС-60, ВитаминРР-8, Натрий-404, Магний-109	=
Итого за день		Калорийность-1 148, Белки-48, Жиры-31, Углеводы-169, ВитаминА-4 428, ВитаминВ2-1, ВитаминС-65, ВитаминРР-8, Натрий-404, Магний-161	136-83

МП

Протасов Р.О.

Заведующая
школой



Техни-
технолог

УТВЕРЖДАЮ

Директор И.И.ОМ "Санкт-Петербургского государственного областного университета"

29.04.2022



Меню ОВЗ с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
40	Вафли	Калорийность-140, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-31, Магний-4	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
40	Чай каркаде	Калорийность-56, Углеводы-14, Витамины-1	=
100	Пюре картофельное	Калорийность-102, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-9, ВитаминА-30, ВитаминС-5, Магний-25	=
100	Биточки из птицы припущенные	Калорийность-165, Белки-14, Жиры-9, Углеводы-8, ВитаминА-53, ВитаминС-1, Магний-17	=
Итого за Завтрак		Калорийность-557, Белки-21, Жиры-16, Углеводы-82, ВитаминА-86, ВитаминС-5, Магний-52	=
Обед			
100	Овощи консервированные отварные (кукуруза)	Калорийность-64, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-5, ВитаминА-18, ВитаминС-2, Магний-18	=
70	Суп с рыбными консервами	Калорийность-166, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-16, ВитаминС-8, Магний-46	=
200	Запеканка картофельная с печенью	Калорийность-277, Белки-15, Жиры-7, Углеводы-37, ВитаминА-4 812, ВитаминВ2- 1, ВитаминС-58, ВитаминРР-8, Натрий-445, Магний-57	=
200	Компот из изюма	Калорийность-72, Углеводы-18, ВитаминС- 1, ВитаминРР-1, Натрий-4, Магний-4	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13	=
Итого за Обед		Калорийность-591, Белки-27, Жиры-15, Углеводы-87, ВитаминА-4 342, ВитаминВ2- 1, ВитаминС-60, ВитаминРР-8, Натрий-404, Магний-109	=
Итого за день		Калорийность-1 148, Белки-48, Жиры-31, Углеводы-169, ВитаминА-4 428, ВитаминВ2-1, ВитаминС-65, ВитаминРР-8, Натрий-404, Магний-161	=

ИП

Протасов Р.О.

Заведующая
столовой



Техник-
технолог

Халиуллина С.П.

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 консервированные <i>консервированные (кукуруза)</i>	Калорийность-38, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-3, ВитаминА-11, ВитаминС-4, Магний-11	=
180	Салат с рыбными консервами <i>Запеканка картофельная с печенью</i>	Калорийность-133, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-13, ВитаминС-6, Магний-89 Калорийность-249, Белки-14, Жиры-7, Углеводы-33, ВитаминА-4 331, ВитаминВ2- 1, ВитаминС-52, ВитаминРР-7, Натрий-400, Магний-52	=
200	Компот из изюма	Калорийность-72, Углеводы-18, ВитаминС- 1, ВитаминРР-1, Натрий-4, Магний-4	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10	=
Итого за Обед		Калорийность-591, Белки-27, Жиры-15, Углеводы-87, ВитаминА-4 342, ВитаминВ2- 1, ВитаминС-60, ВитаминРР-8, Натрий-404, Магний-109	79-88

Итого за день Калорийность-1 148, Белки-48, Жиры-24,
Углеводы-169, ВитаминА-4 428,
ВитаминВ2-1, ВитаминС-65, ВитаминРР-8,
Натрий-404, Магний-161

ИП

Протасов Р.О.

Заведующая
столовой

Техник-
технолог

Халиуллина С.П.



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Е. Модзгершвили

29.04.2022 (Н.школа 7-11 лет
 (зим-весен), 2шт)

Меню 7-11 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость рубли
<u>Обед</u>			
60	Овощи консервированные отварные (кукуруза)	Калорийность-38, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-3, ВитаминаА-11, ВитаминС-1, Магний-11	=
200	Суп с рыбными консервами	Калорийность-133, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-13, ВитаминС-6, Магний-39	=
180	Запеканка картофельная с печенью	Калорийность-249, Белки-14, Жиры-7, Углеводы-33, ВитаминаА-4 331, ВитаминВ2- 1, ВитаминС-52, ВитаминРР-7, Натрий-400, Магний-52	=
200	Компот из изюма	Калорийность-72, Углеводы-18, ВитаминС- 1, ВитаминРР-1, Натрий-4, Магний-4	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
20	Хлеб рисовой	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10	=
Итого за Обед		Калорийность-591, Белки-27, Жиры-15, Углеводы-87, ВитаминаА-4 342, ВитаминВ2- 1, ВитаминС-60, ВитаминРР-8, Натрий-404, Магний-109	

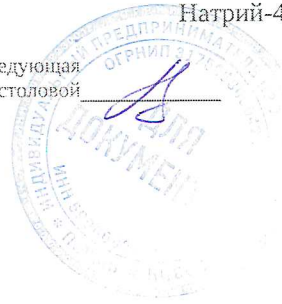
Итого за день Калорийность-1 148, Белки-48, Жиры-31,
 Углеводы-169, ВитаминаА-4 428,
 ВитаминВ2-1, ВитаминС-65, ВитаминРР-8,
 Натрий-404, Магний-161

ИП

Р

Протасов Р.О.

Заведующая
столовой



Техник-
технолог

Х

Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Совинская средняя школа"
О.Г. Модзегацшвили

30.04.2022 (С.школа с 12 лет и старше
(зим-весен). 1об)

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	Овощи натуральные (огурцы)	Калорийность-14, Белки-1, Углеводы-3, ВитаминС-10, Магний-14	=
250	Суп крестьянский с крупой	Калорийность-113, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-15, ВитаминС-10, Магний-20	=
100	Котлеты из птицы припущенные	Калорийность-183, Белки-15, Жиры-10, Углеводы-9, ВитаминА-5, ВитаминС-2, ВитаминРР-5, Натрий-58, Магний-13	=
100	Картофель тушеный с томатом	Калорийность-280, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-48, ВитаминА-48, ВитаминС-4, ВитаминРР-1, Натрий-9, Магний-37	=
200/7	Чай с лимоном	Калорийность-63, Углеводы-16, ВитаминС-1	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13	=

Итого за Обед Калорийность-792, Белки-28, Жиры-22,
Углеводы-119, ВитаминА-53, ВитаминС-27,
ВитаминРР-6, Натрий-67, Магний-94 **89-57**

Итого за день Калорийность-792, Белки-28, Жиры-22,
Углеводы-119, ВитаминА-53, ВитаминС-27,
ВитаминРР-6, Натрий-67, Магний-94

101

Handwritten signature

Продасов В.О.

Заведующая
столовой



Технический
технолог

Handwritten signature