

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАДОУ

"Совицкой средней школы"

О.Е. Модзгерина

02.04.2022 (С.школа с 12 лет и старше
(зим-весен), 1сб)

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-1, 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-19	=
180	Рис, припущенный 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	калориинность-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 **88-05**

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

ИП

Р

Протасов Р.О.



Техник-технолог

С

Заведующий

02.04.2022 (С.школа с 12 лет и старше
(зим-весен), 1-б)

Меню с 12 лет и старше

Выход (г)		эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость (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-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	Рис, припущенный 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	88-05
Итого за день		Калорийность-792, Белки-28, Жиры-22, Углеводы-119, ВитаминА-53, ВитаминС-27, ВитаминРР-6, Натрий-67, Магний-94	

ИП

Пратасов Р.О.

Заведующая
столовойТехнический
технолог

Наблюдатель

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Модзерицкая

02.04.2022 (С.школа с 12 лет и старше
(зим-весен), 1сб)

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-112, Белки-10, 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-19	=
180	Рис, припущенный 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-10, 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 **88-05**

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

ИП

Протасов Р.О.

Заведующая
столовой

Техник-
технолог

Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Модзернишвили

01.04.2022 (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 питания (руб)
<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-4331, ВитаминВ2- 1, ВитаминС-52, ВитаминРР-7, Натрий-416, 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-4342, ВитаминВ2- 1, ВитаминС-60, ВитаминРР-8, Натрий-404, Магний-109	78-52

Итого за день Калорийность-1148, Белки-48, Жиры-31,
Углеводы-169, ВитаминА-4109,
ВитаминВ2-1, ВитаминС-65, ВитаминРР-8,
Натрий-404, Магний-161

ИП

Р

Протасов Р.О.

Заведующая
столовой



Технический
технолог

ж

Нашумова Л.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Моджеревичева

01.04.2022 (Н.школа 7-11 лет
(зим-весен), 2пт)

Меню ОБЗ

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	=
200	Чай каркаде	Калорийность-50, Углеводы-14, Витамины-5	=
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	
Обед			
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-4, Углеводы-13, ВитаминС-6, Магний-39	=
180	Запеканка картофельная с печенью	Калорийность-249, Белки-14, Жиры-7, Углеводы-27, ВитаминА-122, ВитаминС-1, 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-67, ВитаминА-434, ВитаминВ2-1, ВитаминС-60, ВитаминРР-8, Натрий-404, Магний-109	
Итого за день		Калорийность-1148, Белки-48, Жиры-31, Углеводы-169, ВитаминА-428, ВитаминВ2-1, ВитаминС-65, ВитаминРР-8, Натрий-404, Магний-161	116-52

ИП

Протасов Р.О.

Заведующая
столовой

Техник-
технолог

Удильщик Л.



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Модзершвили

01.04.2022 (П. школа 7-11 лет)
(зим-весен), 2шт)

Меню ОБЗ

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	=
200	Чай каркаде	Калорийность-56, Углеводы-14, Витамины А-1	=
150	Пюре картофельное	Калорийность-102, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-9, Витамин А-30, Витамин С-4, Магний-25	=
90	Биточки из птицы припущенные	Калорийность-165, Белки-14, Жиры-9, Углеводы-8, Витамин А-53, Витамин С-1, Магний-17	=
Итого за Завтрак		Калорийность-557, Белки-21, Жиры-16, Углеводы-82, Витамин А-86, Витамин С-5, Магний-52	
Обед			
60	Овощи консервированные отварные (кукуруза)	Калорийность-38, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-3, Витамин А-11, Витамин С-1, Магний-11	=
200	Суп с рыбными консервами	Калорийность-133, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-13, Витамин С-6, Магний-2	=
180	Запеканка картофельная с печенью	Калорийность-249, Белки-14, Жиры-7, Углеводы-33, Витамин А-4331, Витамин В2-1, Витамин С-52, Витамин РР-7, Натрий-400, Магний-52	=
200	Компот из яблок	Калорийность-72, Углеводы-18, Витамин С-1, Витамин РР-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, Витамин А-4342, Витамин В2-1, Витамин С-60, Витамин РР-8, Натрий-404, Магний-109	
Итого за день		Калорийность-1148, Белки-48, Жиры-31, Углеводы-169, Витамин А-4428, Витамин В2-1, Витамин С-65, Витамин РР-3, Натрий-404, Магний-161	110,52

ИП

 П. Модзершвили

Заведующий
столовой



П. Модзершвили



110,52

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Моджеревич

01.04.2022 (Пятница 7-11 гггг
(зим-весен), 2шт)

Меню ОБЗ

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	=
200	Чай каркаде	Калорийность-56, Углеводы-3, Витамин А-1	=
150	Пюре картофельное	Калорийность-102, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-9, Витамин А-30, Витамин В-4, Магний-25	=
90	Биточки из птицы припущенные	Калорийность-165, Белки-14, Жиры-9, Углеводы-8, Витамин А-53, Витамин В-1, Магний-17	=

Итого за Завтрак

Калорийность-557, Белки-21, Жиры-16,
Углеводы-82, Витамин А-86, Витамин С-5,
Магний-52

Обед

60	Овощи консервированные отварные (кукуруза)	Калорийность-38, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-3, Витамин А-11, Витамин В-1, Магний-11	=
200	Суп с рыбными консервами	Калорийность-133, Белки-7, Жиры-11, Углеводы-13, Витамин С-6, Магний-39	=
180	Запеканка картофельная с печенью	Калорийность-249, Белки-14, Жиры-7, Углеводы-33, Витамин А-4331, Витамин В2- 1, Витамин С-52, Витамин РР-7, Натрий-400, Магний-52	=
200	Компот из изюма	Калорийность-72, Углеводы-18, Витамин С- 1, Витамин РР-1, Натрий-4, 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-591, Белки-27, Жиры-15,
Углеводы-87, Витамин А-4342, Витамин В2-
1, Витамин С-60, Витамин РР-8, Натрий-404,
Магний-169

Итого за день

Калорийность-1148, Белки-48, Жиры-33,
Углеводы-169, Витамин А-4420,
Витамин В2-1, Витамин С-65, Витамин РР-3,
Натрий-404, Магний-161

116-52

ИП

Р

Протасов Р.О.

Заведующая
столовой



Техник
технолог

г

Хлещева Т.И.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Славинская средняя школа"

О.Р. Моджершвили

01.04.2022 (С.школа с 12 лет и старше
(зим-весен), 2 лет)

Меню с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	Калорийность (ккал), Белки (г), Жиры (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-48	=
200	Запеканка картофельная с печенью	Калорийность-277, Белки-18, Жиры-12, Углеводы-37, ВитаминА-4812, 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-15	=
Итого за Обед		Калорийность-719, Белки-32, Жиры-18, Углеводы-104, ВитаминА-4830, ВитаминВ2-1, ВитаминС-69, ВитаминРР-9, Натрий-449, Магний-131	88-05

Итого за день Калорийность-719, Белки-32, Жиры-18, Углеводы-104, ВитаминА-4830, ВитаминВ2-1, ВитаминС-69, ВитаминРР-9, Натрий-449, Магний-131

ИП

[Signature]

Петрелидзе 12/03

столовой



технолог

[Signature]

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Славинская средняя школа"

О.Е. Модесткина

01.04.2022 (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 питания (руб)
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-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-13, 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	88-05
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

Р

Прогасов Р.О.

Заведующая
столовой



Техник-
технолог

af

Хачатурянц И.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Сивинская средняя школа"

О.Г. Моддершнелли

01.04.2022 (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 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-48	=
200	Запеканка картофельная с печенью	Калорийность-277, Белки-19, 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-719, Белки-32, Жиры-18, Углеводы-104, ВитаминА-4 830, ВитаминВ2-1, ВитаминС-69, ВитаминРР-9, Натрий-449, Магний-131	88-05
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

Р

г.



технолог

С

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ "Славинская средняя школа"

О.Г. Модзернишвили

01.04.2022 (Понедельник)

(зим-весен), 2 лет

Меню 7-11 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углевода (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<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,	=
180	Запеканка картофельная с печенью	Калорийность-249, Белки-14, Жиры-7, Углеводы-33, ВитаминА-4,33, ВитаминВ2-1, ВитаминС-52, ВитаминРР-7, Натрий-40, 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-1, Магний-3	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11	=
Итого за Обед		Калорийность-591, Белки-27, Жиры-15, Углеводы-87, ВитаминА-4,342, ВитаминВ2-1, ВитаминС-60, ВитаминРР-8, Натрий-404, Магний-109	78-52

Итого за день

Калорийность-1148, Белки-48, Жиры-31,
 Углеводы-169, ВитаминА-4,428,
 ВитаминВ2-1, ВитаминС-65, ВитаминРР-8,
 Натрий-404, Магний-161

ИП

Прогасов Р.О.

Заведующая
столовой

Технический

Хлебная С.П.



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Сивинской средней школы"

О.Г. Модзершвили

01.04.2022 (Понедельник) 7-11 лет

(зим-весен), 2шт

Меню 7-11 лет

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

Обед

60	Овощи консервированные отварные (кукуруза)	Калорийность-38, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-3, ВитаминА-11, ВитаминС-4, Магний-11	=
200	Суп с рыбными консервами	Калорийность-133, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-13, ВитаминС-6, Магний-9	=
180	Запеканка картофельная с петрушкой	Калорийность-249, Белки-14, Жиры-7, Углеводы-33, ВитаминА-4 331, ВитаминВ2-1, ВитаминС-52, ВитаминРР-7, Натрий-40	=
200	Компот из изюма	Магний-52 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-11	=
Итого за Обед		Калорийность-591, Белки-27, Жиры-17, Углеводы-87, ВитаминА-4 342, ВитаминВ2-1, ВитаминС-52, ВитаминРР-8, Натрий-44, Магний-109	78-52

Итого за день

Калорийность-1 148, Белки-46, Жиры-3, Углеводы-169, ВитаминА-4 428, ВитаминВ2-1, ВитаминС-65, ВитаминРР-8, Натрий-404, Магний-161

ИП

Р

Протасов Р.О.

Заведующая столовой



Техник-технолог

С

Хитундава Д.

УТВЕРЖДАЮ

директор МБОУ «Сивинская средняя школа»
О.В. Абдулришипова

01.04.2022 (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 питания
<u>Обед</u>			
60	Овощи консервированные отварные (кукуруза)	Калорийность-38, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-3, ВитаминА-11, Витамин В-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-4331, 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-97, Витамин А-4331, Витамин В-1, ВитаминС-60, ВитаминРР-8, Натрий-404, Магний-109	78-52

Итого за день Калорийность-1148, Белки-46, жиры-31,
Углеводы-169, ВитаминА-4328,
ВитаминВ2-1, ВитаминС-65, ВитаминРР-8,
Натрий-404, Магний-161

ИП

Р

Протасов Р.О.

Заведующая
столовой



Техник-
технолог

af

Хашуаева Д.

УТВЕРЖДАЮ

директор МАОУ

Сивинская средняя школа

О.Г. Модзернишина

31.03.2022 (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
<u>Обед</u>			
60	Салат картофельный с солеными огурцами и зеленым горошком	Калорийность-86, Белки-1, жиры-4, Углеводы-5, ВитаминС-9, ВитаминР-1, Натрий-110, Магний-10	=
200	Рассольник ленинградский	Калорийность-97, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-13, ВитаминС-6, Магний-21	=
90	Виточки 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-1	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
30	Хлеб ржаной		=

Итого за Обед Калорийность-472, Белки-57, Жиры-18,
Углеводы-113, ВитаминС-24, ВитаминР-1,
Натрий-110, Магний-192 78-52

Итого за день Калорийность-1496, Белки-74, Жиры-64,
Углеводы-222, ВитаминА-37, ВитаминС-24,
ВитаминР-1, Натрий-110, Магний-248

ИП

Р

Протасов Р.О.

Заведующий
столовой



Технич.
подпись

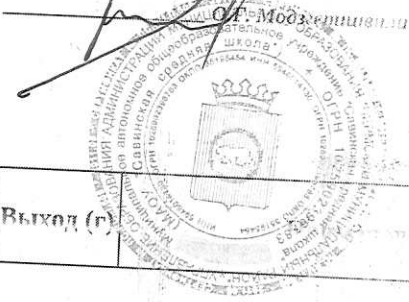
af

Удостоверен *Л.В.*

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

С.Г. Модзешина



31.03.2022 (Н.школа 7-11 лет
зим-весен), 1чт)

Меню 7-11 лет

Выход (г)	эп. цен. (кал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость (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,	=
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-4, 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		78-52
Итого за день		78-52
Калорийность-1496, Белки-74, Жиры-54, Углеводы-222, ВитаминА-37, ВитаминС-23, ВитаминРР-1, Натрий-110, Магний-192		

ИП

Handwritten signature

Плотников Р.О.



Технолог

Handwritten signature

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Б. Модзершвили

31.03.2022 (Н.школа 7-11 лет
зим-весен), 1чп)

Меню 7-11 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эл. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), жир (г), витамин (мг), микроэлементы	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	=
90	Биточки из фарша индейки с овощами	Калорийность-306, Белки-41, Жиры-22, Углеводы-23, ВитаминС-6, Магний-22	=
150	Каша гречневая с рассольником	Калорийность-253, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-37, Магний-155	-
200	Чай с сахаром	Калорийность-40, Углеводы-10, 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-34, Углеводы-113, ВитаминС-21, ВитаминРР-1, Натрий-110, Магний-192	78-52
Итого за день		Калорийность-1496, Белки-74, Жиры-54, Углеводы-222, ВитаминА-37, ВитаминС-23, ВитаминРР-1, Натрий-110, Магний-248	

ИП

Протасов Р.О.

Заведующий



Техник

Канцелярия

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАOU "Савинская средняя школа"



31.03.2022 (Н.школа 7-11 лет
(зим-весен), 1чт)

Меню ОБЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
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	=
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	=
<u>Обед</u>			
60	Салат картофельный с солеными огурцами и зеленым горошком	Калорийность-76, Белки-1, Жиры-9, 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-11, 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-1	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
30	Хлеб ржачой	Калорийность-52, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-10, Магний-1	=
Итого за Обед		Калорийность-872, Белки-57, Жиры-58, Углеводы-113, ВитаминС-21, ВитаминРР-1, Натрий-110, Магний-192	=
Итого за день		Калорийность-1496, Белки-74, Жиры-54, Углеводы-222, ВитаминА-37, ВитаминС-23, ВитаминРР-1, Натрий-110, Магний-248	116-52

ИП

Р Протасов Р.О.

Заведующий



ДОКУМЕНТОВ

Техник

[Signature]

Учитель

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Саянская средняя школа"



31.03.2022 (Н.школа 7-11 лет
зим-весен), 1чт)

Меню ОБЗ

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	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	=
<u>Обед</u>			
60	Салат картофельный с солеными огурцами и зеленым горошком	Калорийность-56, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-5, ВитаминС-9, ВитаминР-1, Натрий-110, Магний-10	=
200	Рассольник ленинградский	Калорийность-97, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-13, ВитаминС-6, Магний-21	=
90	Баточки из фарши индейки с овощами	Калорийность-306, Белки-41, Жиры-22, Углеводы-23, ВитаминС-6, Магний-22	=
150	Каша гречневая рассыпчатая	Калорийность-253, Белки-9, Жиры-1, 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 ржачой	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10	=
Итого за Обед		Калорийность-872, Белки-57, Жиры-33, Углеводы-113, ВитаминС-21, ВитаминРР-1, Натрий-110, Магний-192	=
Итого за день		Калорийность-1496, Белки-74, Жиры-54, Углеводы-222, ВитаминА-37, ВитаминС-23, ВитаминРР-1, Натрий-110, Магний-248	116-52

ИП

Р

Протасов Р.О.



Техник
кондитер

[Signature]

Хлебный пункт № 14

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ

"Сивинская средняя школа"

О.Г. Модзалевская

31.03.2022 (Н.школа 7-11 лет)

(Завтрак), 1 шт.

Меню ОВЗ

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 жидкая	Калорийность-181, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-26, ВитаминА-37, ВитаминС-1, Магний-28	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Жиры-1,2, 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	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-23	=
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-24, ВитаминРР-1, Натрий-110, Магний-192	=

Итого за день Калорийность-1496, Белки-74, Жиры-54,
Углеводы-222, ВитаминА-37, ВитаминС-27,
ВитаминРР-1, Натрий-110, Магний-248 **116-52**

ИП

Р

Протасов Р.О.

Заведующая
школой



Техник
темной

С

Хлебная

УТВЕРЖДАЮ

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

31.03.2022 (С.школа с 12 лет и старше
(З.М.-В.Сен), 1шт)

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-15, Натрий-183, Магний-17	=
250	Рассольник ленинградский	Калорийность-121, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-16, ВитаминС-8, Магний-17	=
100	Биточки из фарша индейки с овощами	Калорийность-340, Белки-45, Жиры-24, Углеводы-26, ВитаминС-6, Магний-17	=
180	Каша гречневая рассыпчатая	Калорийность-304, Белки-10, Жиры-9, Углеводы-44, Магний-169	=
200	Чай с сахаром	Калорийность-60, Углеводы-15, Магний-1	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-13, 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	88-05

ИП Протасов Р.О.



Техник-технолог *[Signature]*

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Модзгершвили

31.03.2022 (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)
Обед			
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-240, Белки-45, Жиры-21, Углеводы-26, ВитаминС-6, Магний-25	=
180	Каша гречневая рассыпчатая	Калорийность-204, Белки-10, Жиры-2, Углеводы-44, Магний-162	=
200	Чай с сахаром	Калорийность-60, Углеводы-14, 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-1 059, Белки-64, Жиры-44, Углеводы-138, ВитаминС-29, ВитаминРР-1, Натрий-183, Магний-235	88-05
Итого за день		Калорийность-1 059, Белки-64, Жиры-44, Углеводы-138, ВитаминС-29, ВитаминРР-1, Натрий-183, Магний-235	

ИП

Р

Прогасов Р.О.



Ведущий
технолог

af

Учитель химии Д.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

Ю.Г. Модзалевский

31.03.2022 (С.школа с 12 лет и старше
(зим-весен), 1шт)

Меню с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<i>Обед</i>			
100	Салат 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-9, Магний-7	=
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-102	-
200	Чай с сахаром	Калорийность-60, Углеводы-15, Магний-1	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-17, 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	88-05

Итого за день

Калорийность-1 059, Белки-64, жиры-44, Углеводы-138, ВитаминС-29, ВитаминРР-1, Натрий-183, Магний-235

ИП

Протасов Р.О.



Техник-технолог

Хлебная...

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Модерскиевича

30.03.2022 (Н.школа 7-11 лет
(зим-весен), 1 гр)

Меню ОБЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
90	Котлеты Школьные	Калорийность-189, Белки-11, Жиры-11, Углеводы-11, ВитаминА-22, ВитаминС-1, Магний-10	=
150	Макаронные изделия отварные	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-10, Магний-8	=
Итого за Завтрак		Калорийность-538, Белки-24, Жиры-11, Углеводы-86, ВитаминА-22, ВитаминС-4, 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-10	=
150	Пюре картофельное	Калорийность-102, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-9, ВитаминА-9, 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-13, Магний-81	=
Итого за день		Калорийность-1040, Белки-42, Жиры-25, Углеводы-160, ВитаминА-63, ВитаминС-19, Магний-118	116-52

ИП

Протасов Р.О.

Заведующая
Специальной
школы

Техник
Л.С.И.

Халиуллина Е.А.



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Саровская средняя школа"

О.Г. Модзерниязи

30.03.2022 (Н.школа 7-11 лет
зим-весен), 1ср)

Меню ОБЗ

Выход (г)	Наименование блюда	ди. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания р.б)
Завтрак			
90	Котлеты Школьные	Калорийность-189, Белки-13, Жиры-10, Углеводы-11, ВитаминаА-22, ВитаминС-1, Магний-19	=
150	Макаронные изделия отварные	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			
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-1, 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	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-17, 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-11, ВитаминС-13, Магний-81	=
Итого за день		Калорийность-1 040, Белки-42, Жиры-25, Углеводы-160, ВитаминаА-63, ВитаминС-19, Магний-118	116-52

ИП

Протасов Р.О.

Заведующая
столовой

Техник-
технолог

Халиуллина Л.И.



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Солонская средняя школа"

О.Г. Мозершвили

30.03.2022 (Понедельник 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)
<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-27	=
90	Котлеты рыбные	Калорийность-87, Белки-8, Жиры-1, Углеводы-11, ВитаминА-11, Магний-16	=
150	Пюре картофельное	Калорийность-102, Белки-1, Жиры-0, 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	78-52
Итого за день		Калорийность-1 040, Белки-42, Жиры-25, Углеводы-160, ВитаминА-61, ВитаминС-31, Магний-118	

ИП

Р

Протасов И.О.

Зарегистрированная
Соловой



Технич.
технич.

aj

Хлебная карта № 11

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Совинская средняя школа"

О.Р. Модзершвили

30.03.2022 (Н.И.И. Никола 7-11 лет
(лим-весен), (кр)

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-2	=
90	Котлеты рыбные	Калорийность-67, 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-3, Углеводы-13, 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	78-52
Итого за день		Калорийность-1 040, Белки-42, Жиры-25, Углеводы-160, ВитаминА-61, ВитаминС-19	

ИП

Р

Протасов Р.О.

Заведующая



Техник

af

Алиева И.А.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская ср. школа"
О.Г. Моджакина

30.03.2022 (Н.школа 7-11 лет
зим-весен), 1сп)

Меню 7-11 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<i>Обед</i>			
60	<i>Салат из свеклы отварной</i>	Калорийность-53, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-5, ВитаминС-3	=
200	<i>Борщ с капустой и картофелем</i>	Калорийность-76, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-9, ВитаминС-9, Магний-3	=
90	<i>Котлеты рыбные</i>	Калорийность-87, Белки-8, Жиры-1, Углеводы-11, ВитаминА-11, Магний-18	=
150	<i>Пюре картофельное</i>	Калорийность-102, Белки-2, Жиры-4, 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	78-52

Итого за день Калорийность-1040, Белки-42, Жиры-25,
Углеводы-160, ВитаминА-63, ВитаминС-19,
Магний-118

ИП

Р

Протасов Р.О.

Заведующая
столовой



Техник-
технолог

af

Халиуллина С.Н.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Модзершвили

30.03.2022 (Пятница 7-11 класс)

(зим-весен), Пер

Меню ОБЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
90	Котлеты Школьные	Калорийность-189, Белки-13, Жиры-10, Углеводы-11, ВитаминА-22, ВитаминС-1, Магний-19	=
150	Макаронные изделия отварные	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-4, 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, ВитаминА-11, Магний-18	=
150	Пюре картофельное	Калорийность-102, белки-3, жиры-3, 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	=
Итого за день		Калорийность-1 040, Белки-42, Жиры-25, Углеводы-160, ВитаминА-63, ВитаминС-19, Магний-118	116-52

ИП

Р

Протасов Р.О.

Заведующая столовой



Техник
технолог

[Signature]

Степанова Д.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савицкая средняя школа"

30.03.2022 (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 питания (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-4	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13, Магний-4	=
Итого за Обед		Калорийность-628, Белки-23, Жиры-19, Углеводы-90, ВитаминА-48, ВитаминС-21, Магний-94	88-05

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

ИП

Р

Протокол МО

Заведующий
столовой



Генеральный директор

af

М.П. _____

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ

Савинская средняя школа

О.Г. Модзерин

30.03.2022 (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 питания (руб)
<u>Обед</u>			
100	Салат из свеклы отварной	Калорийность-89, Белки-2, Жиры-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	Магний-14	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-13, Магний-4	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-12	=
Итого за Обед		Калорийность-628, Белки-23, Жиры-19, Углеводы-90, ВитаминА-48, ВитаминС-21, Магний-94	88-05

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 Г.Н.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Совицкая средняя школа"

О.Ф. Модзеричвили

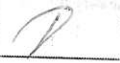
30.03.2022 (С.школа с 12 лет и старше
зим-весен), 1ср)

Меню с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость цены (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-75, Белки-2, Жиры-1, 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	88-05

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

ИП



Прогасов Р.О.

Заведующая
столовой



Техник-
технолог



Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Е. Модзершвили



30.03.2017 (пятикласс 7-11 лет)
(зим-весен), 1шт

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 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-1, Натрий-53, Магний-11	=
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-17, Белки-2, Жиры-0,1, Углеводы-3, Магний-3	=

Итого за Обед Калорийность-594, Белки-25, Жиры-19, Углеводы-85, ВитаминА-5, ВитаминС-42, ВитаминРР-8, Натрий-53, Магний-43 **78-52**

Итого за день Калорийность-1 247, Белки-51, Жиры-43, Углеводы-166, ВитаминА-294, ВитаминС-44, ВитаминРР-8, Натрий-53, Магний 115

ИП

Прогасов Р.О.

Заведующая



Техник

Халиуллина С.А.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Светлинской школы № 1"

О.В. Мозырицына

29.03.2022 (школа 7-11 лет)
(зим-весен), 1ет

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 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-13	=
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-69, 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	78-52

Итого за день

Калорийность-1217, Белки-67, Жиры-47, Углеводы-166, ВитаминА-294, ВитаминС-44, ВитаминРР-8, Натрий-53, Магний-115

ИП

Р

Протасов Р.О.



Генеральный директор

af

Климова Наталья

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ *Сайтинская средняя школа*

О.Г. Модзестьянина

29.03.2022 (Н.школа 7-11 лет
(Зан.essen), 10шт)

Меню 7-11 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<i>Обед</i>			
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-32, Белки-2, Углеводы-1	=
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	78-52

Итого за день Калорийность-1 247, Белки-51, Жиры-43,
Углеводы-166, ВитаминА-20, ВитаминС-
42, ВитаминРР-8, Натрий-53, Магний-43

ИП *Р* Прогасов Р.О.



Техник-
столовая

С Напутная

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Модзгорович

29.03.2022 (Н.школа 7-11 лет
(зим-весен), 1ем)

Меню ОБЗ

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-28, 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-5, 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-13	=
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-42	=
Итого за день		Калорийность-1247, Белки-51, Жиры-43, Углеводы-166, ВитаминА-294, ВитаминС-44, ВитаминРР-8, Натрий-53, Магний-115	116-52

ИП

 Протасов Р.О.

Заведующая
столовой



Техник-технолог

 Хандулина Л.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Славинская средняя школа"

О.Г. Модерный

29.03.2022 (П.школа 7-11 лет
(зим-весен), 1вт)

Меню ОБЗ

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-10, ВитаминС-1, Магний-11	=
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-11	=
Итого за Завтрак		Калорийность-652, Белки-26, Жиры-25, Углеводы-58, ВитаминА-11, 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-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
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	116-52

ИП

Прогасов Р.О.

Заведующая
столовой

Техник-
технолог

Халиуллина С.П.



[Handwritten signature]

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Светлинская средняя школа"

О.Г. Модзерищев

29.03.2022 (Н.школа 7-11 лет
(зим-весен), 1эт)

Меню ОБЗ

Выход (г)	Наименование блюда	Калорийность (ккал), белки (г), жиры (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 А-11, Витамин С-1, Магний-11	=
160	Омлет натуральный	Калорийность-209, Белки-14, Жиры-16, Углеводы-3, Витамина А-278, Магний-20	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-242, Белки-9, Жиры-1, Углеводы-50, 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, Витамин С-1, Магний-27	=
Итого за Завтрак		Калорийность-652, Белки-26, Жиры-25, Углеводы-81, Витамина А-289, Витамин С-2, Магний-77	=
Обед			
60	Салат из соленых огурцов с луком	Калорийность-36, Жиры-1, Углеводы-1, Витамин С-1, Магний-1	=
200	Щи из свежей капусты	Калорийность-61, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-5, Витамин С-15, Магний-14	=
90	Котлеты из птицы припущенные	Калорийность-165, Белки-14, Жиры-9, Углеводы-8, Витамин А-5, Витамин С-2, Витамин РР-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, Витамин С- 24, Витамин РР-4	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-77, Белки-2, Углеводы-16, Магний-3	=
Итого за Обед		Калорийность-594, Белки-27, Жиры-13, Углеводы-85, Витамина А-5, Витамин С-42, Витамин РР-8, Натрий-53, Магний-43	=
Итого за день		Калорийность-1247, Белки-51, Жиры-43, Углеводы-166, Витамина А-294, Витамин С- 44, Витамин РР-8, Натрий-53, Магний-115	116-52

ИП

Проданов Р.О.

Зарегистрирован
СТОЛОВОЙ

Технолог

Утвержден



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Модерный

29.03.2022 (С.школа с 12 лет и старше
(зим-весен), 1эт)



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	=
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-3, Натрий-58, Магний-5	=
180	Макаронные изделия отварные	Калорийность-174, Белки-7, Жиры-1, Углеводы-35, Магний-10	=
200	Кисель из концентрата плодового или ягодного	Калорийность-69, 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	88-05
Итого за день		Калорийность-722, белки-29, жиры-22, Углеводы-101, ВитаминА-5, ВитаминС-45, ВитаминРР-9, Натрий-58, Магний-53	

ИП

[Signature]

Протасов Р.О.

Заведующая столовой



Гемма
техника

[Signature]

С.Евдокимова

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Модзгершвили

20.03.2022 (С.школа № 12 лет и старше из
(зим-весен), 1шт)

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-1, Натрий-58, Магний-10	=
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	88-05
Итого за день		Калорийность-722, Белки-29, Жиры-22, Углеводы-101, ВитаминА-5, ВитаминС-45, ВитаминРР-9, Натрий-58, Магний-53	

ИП

Р

Прогасов Р.О.

Заведующая



Техник

а

Машура Ольга

29.03.2022 (С.школа с 12 лет и старше
(зим-весен), 1вт)


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 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-19	=
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-5, Углеводы-15	=
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-43, ВитаминРР-9, Натрий-58, Магний-53	88-05
	Итого за день	Калорийность-722, Белки-29, Жиры-22, Углеводы-101, ВитаминА-5, ВитаминС-43, ВитаминРР-9, Натрий-58, Магний-53	

ИП



Протасов Р.О.

Заведующая
столовойТехник-
технолог


Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

О.Г. Модерный

28.03.2022 (П. школа 7-11 лет
(зим-весен), 1пп)

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	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	=
90	Тефтели из говядины с рисом - "ёжики"	Калорийность-284, Белки-12, Жиры-20, Углеводы-15, ВитаминС-1, Магний-21	=
30	Соус молочный к блюдам (2-й вариант)	Калорийность-30, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-2	=
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 **78-52**

Итого за день Калорийность-1 180, Белки-30, Жиры-46,
Углеводы-159, ВитаминА-80, ВитаминС-24,
Натрий-330, Магний-103

ИП

столовой



технолог

[Handwritten signature]

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Севинская средняя школа"

28.03.2022 (С.школа с 12 лет и старше
(зим-весен), 1гн)

О.В. Мобзашицкая



Меню с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Обед</u>			
100	Икра кабачковая (промышленного производства)	Калорийность-119, Белки-2, Жиры-9, Углеводы-8, ВитаминС-7, Магний-15	=
250	Суп картофельный с бобовыми (1-й вариант)	Калорийность-108, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-15, ВитаминС-9, Магний-26	=
100	Тефтели из говядины с рисом - "ёжики"	Калорийность-316, Белки-14, Жиры-12, Углеводы-16, ВитаминС-1, Магний-23	=
30	Соус молочный к блюдам (2-й вариант)	Калорийность-30, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-2	=
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 **88-03**

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

ИП

Прогасов Р.О.

Заведующая



Тема

Хитунца

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Совицкая средняя школа"

О.А. Моозгершвили

28.03.2022 (С.школа с 12 лет и старше
(зим-весен), 1пп)

Меню с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эл. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Обед			
100	Икра кабачковая (промышленного производства)	Калорийность-119, Белки-2, Жиры-9, Углеводы-8, ВитаминС-7, Магний-17	=
250	Суп картофельный с бобовыми (1-й вариант)	Калорийность-108, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-15, ВитаминС-9, Магний-26	=
100	Тефтели из говядины с рисом - "ёжики"	Калорийность-316, Белки-14, Жиры-22, Углеводы-16, ВитаминС-1, Магний-23	=
30	Соус молочный к блюдам (2-й вариант)	Калорийность-30, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-2	=
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 **88-05**

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

ИП Р Протасов Р.О.

Заведующая
столовой

Техник-
технолог

Уд. № _____



[Handwritten signature]