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

Согласовано:
Директор МАОУ
«Гуринская СОШ»
д.Гурино
_____Н.С.Пономарева

МЕНЮ
на 19 декабря 2022г

Наименование блюда	Выход, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.цен-ность, ккал
	ОВЗ 1-4 кл				
ЗАВТРАК					
Каша "Дружба"	150/5	8,19	10,40	44,90	301,40
Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00
Хлеб пшеничный	25	1,97	0,20	13,30	64,70
Мучное изделия	60	1,87	0,27	12,12	59,50
ОБЕД					
Винегрет овощной	60	0,68	6,08	6,92	85,16
Суп картофельный с бобовыми	200	4,02	9,04	25,90	119,68
Котлета из мяса птицы с соусом	70/30	6,78	17,14	3,14	196,57
Каша пшеничная	150	6,98	4,34	36,00	211,00
Чай с сахаром	200	1,36	0,00	29,02	116,19
Хлеб пшеничный	50	3,94	0,40	26,60	129,40
Хлеб ржано-пшеничный	25	1,87	0,27	12,12	59,50
ИТОГО					
ЗАВТРАК					
Каша "Дружба"	200/5	1,26	10,14	8,32	129,26
Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00
Хлеб пшеничный	25	1,97	0,20	13,30	64,70
Мучное изделия	75	3,94	0,40	26,60	129,40
ОБЕД					
Винегрет овощной	100	1,14	10,14	11,54	141,94
Суп картофельный с бобовыми	250	5,03	11,30	32,38	149,60
Котлета из мяса птицы с соусом	70/50	6,89	17,87	4,19	207,79
Каша пшеничная	180	8,73	5,43	45,00	263,80
Чай с сахаром	200	1,36	0,00	29,02	116,19
Хлеб пшеничный	50	3,94	0,40	26,60	129,40
Хлеб ржано-пшеничный	25	1,87	0,27	12,12	59,50
ИТОГО					

Зав.произв: _____ Л.Н.Петрова

Диетсестра: _____ Н.А.Ковыляева

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

Согласовано:
Директор МАОУ
«Гуринская СОШ»
д.Гурино
_____ Н.С.Пономарева

МЕНЮ

на 20 декабря 2022г

Наименование блюда	Выход, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.цен-ность, ккал
	ОВЗ 1-4 кл				
ЗАВТРАК					
Каша ячневая молочная	150/5	7,23	6,67	39,54	246,87
Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00
Хлеб пшеничный	25	1,97	0,20	13,30	64,70
Фрукт	150	7,79	4,16	17,98	142,11
ОБЕД					
Икра кабачковая	20	0,96	3,15	7,60	61,73
Борщ из св.капусты с картофелем	200/5	2,31	4,00	10,42	86,92
Тефтели из говядины с рисом	70/30	13,05	5,98	1,70	118,40
Макаронные изделия отварные	150	3,10	4,00	32,22	180,14
Чай с сахаром	200	1,40	1,60	17,34	89,32
Хлеб пшеничный	50	3,94	0,40	26,60	129,40
Хлеб ржано-пшеничный	25	1,87	0,27	12,12	59,50
ИТОГО					
	ОВЗ 5-9 кл				
ЗАВТРАК					
Каша ячневая молочная	200/5	0,84	5,06	5,32	70,02
Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00
Хлеб пшеничный	25	1,97	0,20	13,30	64,70
Фрукт	150	3,94	0,40	26,60	129,40
ОБЕД					
Икра кабачковая	20	3,04	11,38	10,76	157,00
Борщ из св.капусты с картофелем	250/5	2,89	5,00	13,03	108,65
Тефтели из говядины с рисом	70/50	13,05	5,98	1,70	118,40
Макаронные изделия отварные	180	3,88	5,08	40,27	225,18
Чай с сахаром	200	1,40	1,60	17,34	89,32
Хлеб пшеничный	50	3,94	0,40	26,60	129,40
Хлеб ржано-пшеничный	25	1,87	0,27	12,12	59,50
ИТОГО					

Зав.произв: _____ Л.Н.Петрова

Диетсестра: _____ Н.А.Ковыляева

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

Согласовано:
Директор МАОУ
«Гуринская СОШ»
д.Гурино
_____ Н.С.Пономарева

МЕНЮ

на 21 декабря 2022г

Наименование блюда	Выход, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.цен-ность, ккал
	ОВЗ 1-4 кл				
ЗАВТРАК					
Каша геркулесовая	150/5	1,12	7,50	5,12	85,00
Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00
Хлеб пшеничный	50	1,97	0,20	13,30	64,70
Мучное изделие	60	1,87	0,27	12,12	59,50
ОБЕД					
Салат из свеклы с раст. маслом	60	0,76	6,09	5,00	77,56
Рассольник "Ленинградский"	200/5	1,54	4,69	10,07	92,19
Биточки из мяса птицы с соусом	70/30	12,40	6,88	6,00	137,39
Рис отварной	150	2,55	4,85	18,64	128,36
Кисель из концентрата	200	0,56	0,00	27,89	113,79
Хлеб пшеничный	50	3,94	0,40	26,60	129,40
Хлеб ржано-пшеничный	25	1,87	0,27	12,12	59,50
ИТОГО					
	ОВЗ 5-9 кл				
ЗАВТРАК					
Каша геркулесовая	200/5	2,05	12,70	8,70	144,10
Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00
Хлеб пшеничный	25	1,97	0,20	13,30	64,70
Мучное изделие	75	3,94	0,40	26,60	129,40
ОБЕД					
Салат из свеклы с раст. маслом	100	1,26	10,14	8,32	129,26
Рассольник "Ленинградский"	250/5	1,93	5,86	12,59	115,24
Биточки из мяса птицы с соусом	70/50	12,40	6,88	6,00	137,39
Рис отварной	180	3,20	6,06	23,30	160,45
Кисель из концентрата	200	0,56	0,00	27,89	113,79
Хлеб пшеничный	50	3,94	0,40	26,60	129,40
Хлеб ржано-пшеничный	25	1,87	0,27	12,12	59,50
ИТОГО					

Зав.произв: _____ Л.Н.Петрова

Диетсестра: _____ Н.А.Ковыляева

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

Согласовано:
Директор МАОУ
«Гуринская СОШ»
д.Гурино
_____Н.С.Пономарева

МЕНЮ

на 22 декабря 2022 г.

Наименование блюда	Выход, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.цен-ность, ккал
	ОВЗ 1-4 кл				
ЗАВТРАК					
Каша "Дружба"	150/5	6,55	8,33	35,09	241,11
Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00
Хлеб пшеничный	25	1,97	0,20	13,30	64,70
Фрукт	150	1,87	0,27	12,12	59,50
ИТОГО					
ОБЕД					
Огурец св	20	0,50	3,04	3,20	42,01
Суп из овощей	205	1,87	3,11	10,89	79,03
Рыба, припущенная в молоке	70/30	10,56	10,56	10,62	191,98
Пюре картофельное	150	4,41	4,23	28,26	168,87
Какао с молоком	200	0,12	0,00	12,04	48,64
Хлеб пшеничный	50	3,94	0,40	26,60	129,40
Хлеб ржано-пшеничный	25	1,87	0,27	12,12	59,50
ИТОГО					
	ОВЗ 5-9кл				
ЗАВТРАК					
Каша "Дружба"	200/5	6,55	8,33	35,09	241,11
Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00
Хлеб пшеничный	25	1,97	0,20	13,30	64,70
Фрукт	150	1,97	0,20	13,30	64,70
ОБЕД					
Огурец св	20	0,84	5,06	5,32	70,02
Суп из овощей	255	2,34	3,89	13,61	98,79
Рыба, припущенная в молоке	70/50	10,67	10,56	11,67	203,20
Пюре картофельное	180	5,52	5,30	35,33	211,09
Какао с молоком	200	0,12	0,00	12,04	48,64
Хлеб пшеничный	50	3,94	0,40	26,60	129,40
Хлеб ржано-пшеничный	25	1,87	0,27	12,12	59,50
ИТОГО					

Зав.произв: _____ Л.Н.Петрова

Диетсестра: _____ Н.А.Ковыляева

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

Согласовано:
Директор МАОУ
«Гуринская СОШ»
д.Гурино
_____ Н.С.Пономарева

МЕНЮ

на 23 декабря 2022 г.

Наименование блюда	Выход, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.цен-ность, ккал
ОВЗ 1-4 КЛАССЫ					
ЗАВТРАК					
Каша овсяная из "Геркулеса"	150/5	6,33	8,90	25,49	207,38
Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00
Хлеб пшеничный	25	1,97	0,20	13,30	64,70
Мучное изделие	60	11,80	4,41	69,70	365,12
ОБЕД					
Салат картофельный с зел горошком	60	3,06	7,59	7,04	108,85
Суп с макаронными изделиями	200	1,52	5,33	8,65	88,89
Биточки из мяса птицы, с соусом	70/30	6,62	16,04	1,57	179,72
Каша ячневая	150	2,80	4,43	17,59	118,45
Компот из сухофруктов	200	0,12	0,00	12,04	48,64
Хлеб пшеничный	50	3,94	0,40	26,60	129,40
Хлеб ржано-пшеничный	25	1,87	0,27	12,12	59,50
ИТОГО					
ОВЗ 5-9КЛ					
ЗАВТРАК					
Каша овсяная из "Геркулеса"	200/5	1,14	10,14	11,54	141,94
Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00
Хлеб пшеничный	25	1,97	0,20	13,30	64,70
Мучное изделие	75	3,94	0,40	26,60	129,40
ОБЕД					
Салат картофельный с зел горошком	100	5,10	12,66	11,74	181,42
Суп с макаронными изделиями	250	1,90	6,66	10,81	111,11
Биточки из мяса птицы, с соусом	70/50	6,62	16,04	1,57	179,72
Каша ячневая	180	3,44	5,65	22,55	150,55
Компот из сухофруктов	200	0,12	0,00	12,04	48,64
Хлеб пшеничный	50	3,94	0,40	26,60	129,40
Хлеб ржано-пшеничный	25	1,87	0,27	12,12	59,50
ИТОГО					

Зав.произв: _____ Л.Н.Петрова

Диетсестра: _____ Н.А.Ковыляева

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

Согласовано:
Директор МАОУ
«Гуринская СОШ»
д.Гурино
_____ Н.С.Пономарева

МЕНЮ

на 26 декабря 2022г

#ИМЯ?	Выход, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.цен-ность, ккал
		ОВЗ 1-4КЛ			
ЗАВТРАК					
Каша рисовая молочная	150/5	4,98	6,57	14,71	136,78
Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00
Хлеб пшеничный	25	1,97	0,20	13,30	64,70
Фрукт	150	6,07	5,55	44,47	258,75
ОБЕД					
Салат витаминный	60	0,73	0,05	14,46	56,32
Суп картофельный с бобовыми	200	4,98	6,57	14,71	136,78
Биточки из говядины, с соусом	70/30	10,56	11,66	10,62	191,98
Макаронные изделия отварные	150	6,98	4,34	36,00	211,00
Чай с сахаром	200	0,56	0,00	27,89	113,79
Хлеб пшеничный	50	3,94	0,40	26,60	129,40
Хлеб ржано-пшеничный	25	1,87	0,27	12,12	59,50
ИТОГО					
		ОВЗ 5-9КЛ			
ЗАВТРАК					
Каша рисовая молочная	200/5	3,04	11,38	10,76	157,00
Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00
Хлеб пшеничный	25	1,97	0,20	13,30	64,70
Фрукт	150	3,94	0,40	26,60	129,40
ОБЕД					
Салат витаминный	100	1,22	0,08	24,10	93,87
Суп картофельный с бобовыми	250	6,22	8,21	18,39	170,98
Биточки из говядины, с соусом	70/50	10,67	12,39	11,67	203,20
Макаронные изделия отварные	180	8,73	5,43	45,00	263,80
Чай с сахаром	200	0,56	0,00	27,89	113,79
Хлеб пшеничный	50	3,94	0,40	26,60	129,40
Хлеб ржано-пшеничный	25	1,87	0,27	12,12	59,50
ИТОГО					

Зав.произв: _____ Л.Н.Петрова

Диетсестра: _____ Н.А.Ковыляева

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

Согласовано:
Директор МАОУ
«Гуринская СОШ»
д.Гурино
_____ И.С.Пономарева

МЕНЮ

на 27 декабря 2022г

Наименование блюда	Выход, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.цен-ность, ккал
	ОВЗ 1-4 кл				
ЗАВТРАК					
Каша пшенная молочная	150/5	6,04	7,27	34,29	227,16
Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00
Хлеб пшеничный	25	1,97	0,20	13,30	64,70
Мучное изделие	60	6,07	5,55	44,47	258,75
ОБЕД					
Салат из моркови	60	0,76	6,09	5,00	77,56
Борщ из св.капусты с картофелем	205	1,67	5,06	8,51	86,26
Кнели из кур с рисом с соусом	70/30	33,65	41,00	37,14	675,93
Пюре картофельное	150	0,12	0,00	12,04	48,64
Чай с сахаром	200	3,94	0,40	26,60	129,40
Хлеб пшеничный	50	1,87	0,27	12,12	59,50
Хлеб ржано-пшеничный	25				
ИТОГО					
	ОВЗ 5-9кл				
ЗАВТРАК					
Каша пшенная молочная	200/5	2,30	0,50	20,16	106,60
Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00
Хлеб пшеничный	25	1,97	0,20	13,30	64,70
Мучное изделие	75	3,94	0,40	26,60	129,40
ОБЕД					
Салат из моркови	100	1,26	10,14	8,32	129,26
Борщ из св.капусты с картофелем	250/5	2,09	6,33	10,64	107,83
Кнели из кур с рисом с соусом	70/50	33,65	41,00	37,14	675,93
Пюре картофельное	180	0,12	0,00	12,04	48,64
Чай с сахаром	200	3,94	0,40	26,60	129,40
Хлеб пшеничный	50	1,87	0,27	12,12	59,50
Хлеб ржано-пшеничный	25				
ИТОГО					

Зав.произв: _____ Л.Н.Петрова

Диетсестра: _____ Н.А.Ковыляева

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

Согласовано:
Директор МАОУ
«Гуринская СОШ»
д.Гурино
_____ Н.С.Пономарева

МЕНЮ

на 28 декабря 2022 г.

Наименование блюда	Выход, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.цен-ность, ккал
	ОВЗ 1-4 кл				
ЗАВТРАК					
Каша рисовая молочная	150/5	7,24	7,21	40,74	256,81
Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00
Хлеб пшеничный	25	1,97	0,20	13,30	64,70
Фрукт	150				
ОБЕД					
Салат из картофеля с зеле.горошком	60	0,68	6,08	6,92	85,16
Суп картофельный с крупой и рыбной кон	200	1,84	6,19	12,34	112,47
Котлета из мяса птицы с соусом	70/30	10,98	8,80	9,20	164,90
Каша пшенная	150	4,41	4,23	28,26	168,87
Компот из сухофруктов	200/5	0,07	0,01	15,31	61,62
Хлеб пшеничный	50	3,94	0,40	26,60	129,40
Хлеб ржано-пшеничный	25	1,87	0,27	12,12	59,50
ИТОГО					
	ОВЗ 5-9 кл				
ЗАВТРАК					
Каша рисовая молочная	200/5	0,63	3,80	4,00	52,50
Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00
Хлеб пшеничный	25	1,97	0,20	13,30	64,70
Фрукт	150	3,94	0,40	26,60	129,40
ОБЕД					
Салат из картофеля с зеле.горошком	100	1,14	10,14	11,54	141,94
Суп картофельный с крупой и рыбной кон	250	2,31	7,74	15,43	140,59
Котлета из мяса птицы с соусом	70/50	10,17	8,53	9,02	158,97
Каша пшенная	180	5,52	5,30	35,33	211,09
Компот из сухофруктов	200	0,07	0,01	15,31	61,62
Хлеб пшеничный	50	3,94	0,40	26,60	129,40
Хлеб ржано-пшеничный	25	1,87	0,27	12,12	59,50
ИТОГО					

Зав.произв: _____ Л.Н.Петрова

Диетсестра: _____ Н.А.Ковыляева