

Утверждено:
Директор МБОУ СОШ № 22

Шиварева С.Ю.

Индивидуальный предприниматель



Мурзин Д.Т.

Меню для питания детей 1-4 классов

15 мая 2023г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса,г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углеводы	
	Завтрак						
15	Сыр российский порционно	20	18,60	4,64	5,9	0	71,66
173	Каша вязкая молочная из хлопьев овсяных с маслом сливочным 200/10	210	27,80	9,6	16,8	46,3	341,6
338	Фрукты свежие сезонные 1шт	150	19,50	0,6	0	18,9	78
1091	Хлеб пшеничный	30	1,80	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржаной	30	1,80	1,98	0,36	10,02	51,24
378	Чай с сахаром 200/15	215	4,15	0,09	0,02	15,03	60,7
	Итого завтрак:	655	73,65	19,19	23,32	105,01	673,52
	Обед						
70	Огурец соленый	60	3,44	0,48	0,12	1,92	10,8
102	Суп гороховый	200	9,19	4,12	4	14,5	110,23
294/331	Котлеты рубленые из курицы с соусом сметанным 60/40	100	36,67	10,2	11,52	11,52	190,8
309	Макаронные изделия отварные	150	8,05	5,82	3,88	32,74	187,2
1091	Хлеб пшеничный	30	1,80	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржаной	30	1,80	1,98	0,36	10,02	51,24
344	Компот из яблок	200	12,70	0,3	0	27,3	112,1
	Итого обед:	770	73,65	25,18	20,12	112,76	732,69
	Всего:	1425		44,37	43,44	217,77	1406,21

Утверждено:
Директор МБОУ СОШ № 22

Шиварева С.Ю.

Индивидуальный предприниматель



Меню для питания детей 1-4 классов

16 мая 2023г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса,г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углево-ды	
	Завтрак						
222	Запеканка рисовая с творогом со сгущенным молоком 150/20	170	32,75	23,43	13,71	47,85	407,59
1091	Хлеб пшеничный	30	1,80	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржаной	30	1,80	1,98	0,36	10,02	51,24
386	Йогурт в инд. упаковке	125	27,50	4,25	3,13	6,88	72,63
378	Чай с молоком 150/50/15	215	9,80	1,4	1,6	17,7	91
	Итого завтрак:	570	73,65	33,34	19,04	97,21	692,78
	Обед						
70	Помидор соленый	60	3,65	0,72	0,12	3,48	18
101	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	8,25	1,47	3,18	11,33	79,58
279/332	Тефтели из говядины 60/50	110	31,67	8,1	14,1	12,3	209
302	Гречка отварная	150	20,80	8,42	5,22	36,42	226,08
1091	Хлеб пшеничный	30	1,80	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржаной	30	1,80	1,98	0,36	10,02	51,24
349	Компот из сухофруктов	200	5,68	0,38	0	30,74	124,46
	Итого обед:	780	73,65	23,35	23,22	119,05	778,68
	Всего:	1350		56,69	42,26	216,26	1471,46

Утверждено:
Директор МБОУ СОШ № 22

Шиварева С.Ю.

Индивидуальный предприниматель



Борин Д.Т.

Меню для питания детей 1-4 классов

17 мая 2023г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса, г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углеводы	
	Завтрак						
291	Плов с курицей 50/180	230	60,16	17,45	19,25	30,25	362
70	Огурец соленый	60	5,74	0,48	0,12	1,92	10,8
1091	Хлеб пшеничный	30	1,80	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржаной	30	1,80	1,98	0,36	10,02	51,24
378	Чай с сахаром 200/15	215	4,15	0,1	0	15	60
	Итого завтрак:	565	73,65	22,29	19,97	71,95	554,36
	Обед						
324	Свекла тушеная	60	3,34	1	0,83	7,65	42,12
82	Борщ с капустой и картофелем	200	6,90	1,59	3,67	9,9	79,96
268/331	Котлеты из говядины с соусом томатным 60/40	100	35,13	7,8	7,4	11,1	152
302	Пшеничная каша рассыпчатая	150	15,03	7,72	3,96	43,28	239,59
342	Компот из яблок	200	9,65	0,16	0	29	116,6
1091	Хлеб пшеничный	30	1,80	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржаной	30	1,80	1,98	0,36	10,02	51,24
	Итого обед:	770	73,65	22,53	16,46	125,71	751,83
	Всего:	1335		44,82	36,43	197,66	1306,19

Утверждено:
Директор МБОУ СОШ № 22

Индивидуальный предприниматель

Шиварева С.Ю.

Мурзин Д.Т.

Меню для питания детей 1-4 классов

18 мая 2023г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса,г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углево-ды	
	Завтрак						
14	Масло сливочное «крестьянское» порциями	10	7,82	0,08	7,25	0,13	66,1
210	Омлет натуральный	150	37,57	10,6	21,4	11,2	240
338	Фрукты свежие сезонные 1шт	150	19,50	0,6	0	18,9	78
1091	Хлеб пшеничный	30	1,80	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржаной	30	1,80	1,98	0,36	10,02	51,24
377	Чай с лимоном 200/15/7	222	5,16	1,44	1,12	17,23	84,8
	Итого завтрак:	592	73,65	16,98	30,37	72,24	590,46
	Обед						
73	Кабачковая икра	60	7,16	0,08	0,3	0,51	4,98
101	Суп картофельный с пшеном	200	8,25	1,78	3,28	12,4	93,2
229/331	Рыба, припущенная с овощами 50/50	100	31,73	18,12	8,94	9,19	193,86
312	Пюре картофельное	150	18,76	3,56	4,24	20,17	130,97
1091	Хлеб пшеничный	30	1,80	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржаной	30	1,80	1,98	0,36	10,02	51,24
378	Чай с сахаром 200/15	215	4,15	0,1	0	15	60
	Итого обед:	785	73,65	27,9	17,36	82,05	604,57
	Всего:	1377		44,88	47,73	154,29	1195,03

Утверждено:
Директор МБОУ СОШ № 22

Шиварева С.Ю.

Индивидуальный предприниматель

Харзин Д.Т.

Меню для питания детей 1-4 классов

19 мая 2023г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса,г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углеводы	
	Завтрак						
338	Фрукты свежие сезонные 1шт	100	18,51	0,8	0,2	7,5	35
204	Макаронные изделия отварные с сыром 150/20/5	175	32,95	9,84	12,3	29,6	269,2
328	Какао с молоком	200	18,59	3,76	3,2	26,74	150,8
1091	Хлеб пшеничный	30	1,80	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржаной	30	1,80	1,98	0,36	10,02	51,24
	Итого завтрак:	535	73,65	18,66	16,3	88,62	576,56
	Обед						
324	Свекла тушеная	60	3,44	1	0,83	7,65	42,12
102	Суп гороховый	200	9,07	4,12	4	14,49	110,23
291	Плов с курицей 90/150	240	53,39	26,37	29,08	45,72	547,24
378	Чай с сахаром 200/15	215	4,15	0,1	0	15	60
1091	Хлеб пшеничный	30	1,80	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржаной	30	1,80	1,98	0,36	10,02	51,24
	Итого обед:	775	73,65	35,85	34,51	107,64	881,15
	Всего:	1310		54,51	50,81	196,26	1457,71

Утверждено
Директор МБОУ СОШ № 22

Шиварева С.Ю.

Индивидуальный предприниматель

Мурзин Д.Т.

Меню для льготного питания детей 5-11 классов

15 мая 2023г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса,г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углево-ды	
	Завтрак						
15	Сыр российский порционно	20	14,50	4,64	5,9	0	71,66
173	Каша вязкая молочная из хлопьев овсяных с маслом сливочным 200/10	210	20,80	5,65	11,08	40,37	284,01
338	Яблоки свежие сезонные калиброванное 1шт	150	16,00	0,6	0	18,9	78
1091	Хлеб пшеничный	30	1,60	2,28	0,28	14,76	70,32
1091	Хлеб ржаной	30	1,60	1,98	0,36	10,02	51,24
378	Чай с сахаром 200/15	215	3,00	0,09	0,02	15,03	60,7
	Итого завтрак:	655	57,50	15,24	17,64	99,08	615,93
	Обед						
70	Огурец соленый	100	3,00	0,8	0,2	3,2	18
102	Суп гороховый	250	9,02	5,15	5	18,13	137,79
294/331	Котлеты рубленые из курицы с соусом 80/40	120	27,86	21,15	25,63	28,97	541,03
309	Макаронные изделия отварные	180	5,42	6,99	4,66	39,29	224,64
1091	Хлеб пшеничный	30	1,60	1,98	0,36	10,02	51,24
1091	Хлеб ржаной	30	1,60	0,09	0,02	15,03	60,7
344	Компот из яблок	200	9,00	0,3	0	27,3	112,1
	Итого обед:	910	57,50	36,46	35,87	141,94	1145,5
	Всего:	1565		51,7	53,51	241,02	1761,43

Утверждено:
Директор МБОУ СОШ № 22

Шиварева С.Ю.

Индивидуальный предприниматель

Козин Д.Т.

Меню для льготного питания детей 5-11 классов

16 мая 2023г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса,г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углеводы	
	Завтрак						
222	Запеканка рисовая с творогом со сгущенным молоком 200/20	220	27,20	28,12	16,46	57,42	489,11
1091	Хлеб пшеничный	30	1,60	1,98	0,36	10,02	51,24
1091	Хлеб ржаной	30	1,60	0,09	0,02	15,03	60,7
386	Йогурт в инд. упаковке	125	19,30	4,25	3,13	6,88	72,63
378	Чай с молоком 150/50/15	215	7,80	1,4	1,6	17,7	91
	Итого завтрак:	620	57,50	35,84	21,57	107,05	764,68
	Обед						
70	Помидор соленый	100	3,00	1,2	0,2	5,8	30
101	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	6,10	1,84	3,98	14,17	99,48
279/332	Тефтели из говядины 80/40	120	29,38	14,56	18,89	20,31	296,8
302	Гречка отварная	180	11,02	10,11	6,27	43,71	271,3
1091	Хлеб пшеничный	30	1,60	1,98	0,36	10,02	51,24
1091	Хлеб ржаной	30	1,60	0,09	0,02	15,03	60,7
349	Компот из сухофруктов	200	4,80	0,38	0	30,74	124,46
	Итого обед:	910	57,50	30,16	29,72	139,78	933,98
	Всего:	1530		66	51,29	246,83	1698,66

Утверждено:
Директор МБОУ СОШ № 22

Шиварева С.Ю.

Индивидуальный предприниматель

Мурзин Д.Т.

Меню для льготного питания детей 5-11 классов

17 мая 2023г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса,г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углеводы	
	Завтрак						
291	Плов с курицей 80/180	260	46,30	19,94	22	34,57	413,72
70	Огурец соленый	100	5,00	0,8	0,2	3,2	18
1091	Хлеб пшеничный	30	1,60	1,98	0,36	10,02	51,24
1091	Хлеб ржаной	30	1,60	0,09	0,02	15,03	60,7
378	Чай с сахаром	222	3,00	0,15	0	15	60
	Итого завтрак:	642,00	57,50	22,96	22,58	77,82	603,66
	Обед						
324	Свекла тушеная	100	3,00	1,66	1,39	12,75	70,2
82	Борщ с капустой и картофелем	250	6,02	1,99	4,59	12,38	99,95
268/331	Котлеты из говядины 80/40	120	28,07	20,99	25,48	46,33	483,06
302	Пшеничная каша рассыпчатая	180	8,20	9,27	4,76	51,94	287,51
342	Компот из яблок	200	9,01	0,21	0,05	31,63	138,05
1091	Хлеб пшеничный	30	1,60	1,98	0,36	10,02	51,24
1091	Хлеб ржаной	30	1,60	0,09	0,02	15,03	60,7
	Итого обед:	910	57,50	36,19	36,65	180,08	1190,71
	Всего:	1552,00		59,15	59,23	257,90	1794,37

Утверждено:
Директор МБОУ СОШ № 22

Шиварева С.Ю.

Индивидуальный предприниматель

Мурзин Д.Т.

Меню для льготного питания детей 5-11 классов

18 мая 2023г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса,г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углеводы	
	Завтрак						
14	Масло сливочное «крестьянское» порциями	10	4,56	0,08	7,25	0,13	66,1
210	Омлет натуральный 159	159	28,74	22,03	35,26	3,94	417,07
338	Яблоки свежие сезонные калиброванное 1шт	150	17,00	0,6	0	18,9	78
1091	Хлеб пшеничный	30	1,60	1,98	0,36	10,02	51,24
1091	Хлеб ржаной	30	1,60	0,09	0,02	15,03	60,7
377	Чай с лимоном 200/15/7	222	4,00	1,44	1,12	17,23	84,8
	Итого завтрак:	601	57,50	26,22	44,01	65,25	757,91
	Обед						
73	Кабачковая икра	100	6,15	1,4	4,8	8,5	83
101	Суп картофельный с пшеном	250	6,02	2,14	4,1	15,5	107,47
229/331	Рыба, припущенная с овощами 80/50	120	28,93	20,3	10,02	10,3	217,13
312	Пюре картофельное	180	10,20	4,28	5,09	24,21	157,17
1091	Хлеб пшеничный	30	1,60	1,98	0,36	10,02	51,24
1091	Хлеб ржаной	30	1,60	0,09	0,02	15,03	60,7
378	Чай с сахаром 200/15	215	3,00	0,1	0	15	60
	Итого обед:	925	57,50	30,29	24,39	98,56	736,71
	Всего:	1526		56,51	68,4	163,81	1494,62

Утверждено:
 Директор МБОУ СОШ № 22
 Шиварева С.Ю.

Индивидуальный предприниматель



Мурзин Д.Т.

Меню для льготного питания детей 5-11 классов

19 мая 2023г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса,г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углево-ды	
	Завтрак						
338	Фрукты свежие сезонные (Мандарин) 1шт	100	14,50	0,8	0,2	7,5	35
204	Макаронные изделия отварные с сыром 180/20/5	205	23,79	4,64	5,9	0	71,66
328	Какао с молоком	200	16,01	3,76	3,2	26,74	150,8
1091	Хлеб пшеничный	30	1,60	1,98	0,36	10,02	51,24
1091	Хлеб ржаной	30	1,60	0,09	0,02	15,03	60,7
	Итого завтрак:	565	57,50	11,27	9,68	59,29	369,4
	Обед						
324	Свекла тушеная	100	2,91	1	0,83	7,65	42,12
102	Суп гороховый	250	5,11	5,15	5	18,12	137,79
291	Плов с курицей 100/180	280	43,28	27,69	30,54	48,01	574,61
378	Чай с сахаром 200/15	215	3,00	0,1	0	15	60
1091	Хлеб пшеничный	30	1,60	1,98	0,36	10,02	51,24
1091	Хлеб ржаной	30	1,60	0,09	0,02	15,03	60,7
	Итого обед:	905	57,50	36,01	36,75	113,83	926,46
	Всего:	1470		47,28	46,43	173,12	1295,86

Утверждено:
Директор МБОУ СОШ № 22

Индивидуальный предприниматель

Шиварева С.Ю.

Мурзин Д.Т.

Меню для питания детей участников СВО

15 мая 2023г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса,г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углеводы	
	Завтрак						
15	Сыр российский порционно	30	24,79	6,96	8,85	0	107,49
14	Масло сливочное «крестьянское» порциями	10	8,82	0,08	7,25	0,13	66,1
173	Каша вязкая молочная из хлопьев овсяных с маслом сливочным 200/10	210	27,80	9,6	16,8	46,3	341,6
338	Яблоки свежие сезонные 1шт	150	19,50	0,6	0	18,9	78
1091	Хлеб пшеничный	30	1,80	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржаной	30	1,80	1,98	0,36	10,02	51,24
378	Чай с сахаром 200/15	215	4,15	0,09	0,02	15,03	60,7
	Итого завтрак:	675	88,66	21,59	33,52	105,14	775,45
	Обед						
338	Фрукты свежие сезонные (Апельсин) 1шт	120	15,01	0,8	0,2	7,5	35
70	Огурец соленый	60	3,44	0,48	0,12	1,92	10,8
102	Суп гороховый	200	9,19	4,12	4	14,5	110,23
294/331	Котлеты рубленые из курицы с соусом сметанным 60/40	100	36,67	10,2	11,52	11,52	190,8
309	Макаронные изделия отварные	150	8,05	5,82	3,88	32,74	187,2
1091	Хлеб пшеничный	30	1,80	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржаной	30	1,80	1,98	0,36	10,02	51,24
344	Компот из яблок	200	12,70	0,3	0	27,3	112,1
	Итого обед:	890	88,66	25,98	20,32	120,26	767,69
	Всего:	1565		47,57	53,84	225,4	1543,14

Утверждено:
Директор МБОУ СОШ № 22

Шиварева С.Ю.

Индивидуальный предприниматель

Муззин Дмитрий Мурзин Д.Т.

Меню для питания детей участников СВО

16 мая 2023г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса,г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углеводы	
	Завтрак						
	Кондитерское изделие 1 шт	30	15,01	3	17,5	26,5	275
222	Запеканка рисовая с творогом со сгущенным молоком 150/20	170	32,75	23,43	13,71	47,85	407,59
1091	Хлеб пшеничный	30	1,80	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржаной	30	1,80	1,98	0,36	10,02	51,24
386	Йогурт в инд. упаковке	125	27,50	4,25	3,13	6,88	72,63
378	Чай с молоком 150/50/15	215	9,80	1,4	1,6	17,7	91
	Итого завтрак:	600	88,66	36,34	36,54	123,71	967,78
	Обед						
338	Яблоки свежие сезонные 1шт	120	15,01	0,6	0	18,9	78
70	Помидор соленый	60	3,65	0,72	0,12	3,48	18
101	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	8,25	1,47	3,18	11,33	79,58
279/332	Тефтели из говядины 60/50	110	31,67	8,1	14,1	12,3	209
302	Гречка отварная	150	20,80	8,42	5,22	36,42	226,08
1091	Хлеб пшеничный	30	1,80	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржаной	30	1,80	1,98	0,36	10,02	51,24
349	Компот из сухофруктов	700	5,68	0,38	0	30,74	124,46
	Итого обед:	1400	88,66	23,95	23,22	137,95	856,68
	Всего:	2000		60,29	59,76	261,66	1824,46

Утверждено:
Директор МБОУ СОШ № 22

Шиварева С.Ю.

Индивидуальный предприниматель

Мурзин Д.Т.

Меню для питания детей участников СВО

17 мая 2023г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса, г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углеводы	
	Завтрак						
291	Плов с курицей 50/180	230	60,16	17,45	19,25	30,25	362
70	Огурец соленый	60	5,74	0,48	0,12	1,92	10,8
1091	Хлеб пшеничный	30	1,80	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржаной	30	1,80	1,98	0,36	10,02	51,24
389	Сок фруктовый	150	19,16	1	0	24,2	117
	Итого завтрак:	500	88,66	23,19	19,97	81,15	611,36
	Обед						
338	Фрукты свежие сезонные (Апельсин) 1шт	120	15,01	0,8	0,2	7,5	35
324	Свекла тушеная	60	3,34	1	0,83	7,65	42,12
82	Борщ с капустой и картофелем	200	6,90	1,59	3,67	9,9	79,96
268/331	Котлеты из говядины с соусом томатным 60/40	100	35,13	7,8	7,4	11,1	152
302	Пшеничная каша рассыпчатая	150	15,03	7,72	3,96	43,28	239,59
342	Компот из яблок	200	9,65	0,16	0	29	116,6
1091	Хлеб пшеничный	30	1,80	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржаной	30	1,80	1,98	0,36	10,02	51,24
	Итого обед:	890	88,66	23,33	16,66	133,21	786,83
	Всего:	1390		46,52	36,63	214,36	1398,19

Утверждено:
Директор МБОУ СОШ № 22

Шиварева С.Ю.

Индивидуальный предприниматель

Мурзин Д.Т.

Меню для питания детей участников СВО

18 мая 2023г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса, г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углеводы	
	Завтрак						
15	Сыр российский порционно	20	15,01	4,64	5,9	0	71,66
14	Масло сливочное «крестьянское» порциями	10	7,82	0,08	7,25	0,13	66,1
210	Омлет натуральный	150	37,57	10,6	21,4	11,2	240
338	Яблоки свежие сезонные 1шт	150	19,50	0,6	0	18,9	78
1091	Хлеб пшеничный	30	1,80	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржаной	30	1,80	1,98	0,36	10,02	51,24
377	Чай с лимоном 200/15/7	222	5,16	1,44	1,12	17,23	84,8
	Итого завтрак:	612	88,66	21,62	36,27	72,24	662,12
	Обед						
	Кондитерское изделие 1 шт	30	15,01	3	17,5	26,5	275
73	Кабачковая икра	60	7,16	0,08	0,3	0,51	4,98
101	Суп картофельный с пшеном	200	8,25	1,78	3,28	12,4	93,2
229/331	Рыба, припущенная с овощами 50/50	100	31,73	18,12	8,94	9,19	193,86
312	Пюре картофельное	150	18,76	3,56	4,24	20,17	130,97
1091	Хлеб пшеничный	30	1,80	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржаной	30	1,80	1,98	0,36	10,02	51,24
378	Чай с сахаром 200/15	215	4,15	0,1	0	15	60
	Итого обед:	815	88,66	30,9	34,86	108,55	879,57
	Всего:	1427		52,52	71,13	180,79	1541,69

Утверждено:
Директор МБОУ СОШ № 22

Шиварева С.Ю.

Индивидуальный предприниматель

Мурзин Д.Т.

Меню для питания детей участников СВО

19 мая 2023г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса, г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углеводы	
	Завтрак						
	Кондитерское изделие 1 шт	30	15,01	3	17,5	26,5	275
338	Фрукты свежие сезонные (Мандарин) 1шт	100	18,51	0,8	0,2	7,5	35
204	Макаронные изделия отварные с сыром 150/20/5	175	32,95	9,84	12,3	29,6	269,2
328	Какао с молоком	200	18,59	3,76	3,2	26,74	150,8
1091	Хлеб пшеничный	30	1,80	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржаной	30	1,80	1,98	0,36	10,02	51,24
	Итого завтрак:	565	88,66	21,66	33,8	115,12	851,56
	Обед						
338	Яблоки свежие сезонные 1шт	120	15,01	0,6	0	18,9	78
324	Свекла тушеная	60	3,44	1	0,83	7,65	42,12
102	Суп гороховый	200	9,07	4,12	4	14,49	110,23
291	Плов с курицей 90/150	240	53,39	26,37	29,08	45,72	547,24
378	Чай с сахаром 200/15	215	4,15	0,1	0	15	60
1091	Хлеб пшеничный	30	1,80	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржаной	30	1,80	1,98	0,36	10,02	51,24
	Итого обед:	895	88,66	36,45	34,51	126,54	959,15
	Всего:	1460		58,11	68,31	241,66	1810,71

Утверждено:
Директор МБОУ СОШ № 22

Шиварева С.Ю.

Индивидуальный предприниматель

Мурзин Д.Т.

Меню для питания детей за счет средств родителей

15 мая 2023г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса, г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углеводы	
	Обед						
70	Огурец соленый	60	6,00	0,48	0,12	1,92	10,8
102	Суп гороховый	200	10,20	4,12	4	14,5	110,23
294/331	Котлеты рубленые из курицы с соусом сметанным 60/40	100	30,00	10,2	11,52	11,52	190,8
309	Макаронные изделия отварные	150	10,00	5,82	3,88	32,74	187,2
1091	Хлеб пшеничный	30	1,60	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржаной	30	1,60	1,98	0,36	10,02	51,24
344	Компот из яблок	200	10,60	0,3	0	27,3	112,1
	Итого обед:	770	70,00	25,18	20,12	112,76	732,69

Утверждено:
Директор МБОУ СОШ № 22

Шиварева С.Ю.

Индивидуальный предприниматель

Мурзин Д.Т.

Меню для питания детей за счет средств родителей

16 мая 2023г

Обед							
70	Помидор соленый	60	6,00	0,72	0,12	3,48	18
101	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	7,60	1,47	3,18	11,33	79,58
279/332	Тефтели из говядины 60/50	110	30,70	8,1	14,1	12,3	209
302	Гречка отварная	150	16,00	8,42	5,22	36,42	226,08
1091	Хлеб пшеничный	30	1,60	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржаной	30	1,60	1,98	0,36	10,02	51,24
349	Компот из сухофруктов	200	6,50	0,38	0	30,74	124,46
Итого обед:		780	70,00	23,35	23,22	119,05	778,68



Утверждено:
Директор МБОУ СОШ № 22

Шиварева С.Ю.



Индивидуальный предприниматель

Мурзин Д.Т.

Меню для питания детей за счет средств родителей

17 мая 2023г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса,г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углеводы	
	Обед						
324	Свекла тушеная	60	3,00	1	0,83	7,65	42,12
82	Борщ с капустой и картофелем	200	10,60	1,59	3,67	9,9	79,96
268/331	Котлеты из говядины с соусом томатным 60/40	100	30,18	7,8	7,4	11,1	152
302	Пшеничная каша рассыпчатая	150	14,70	7,72	3,96	43,28	239,59
342	Компот из яблок	200	8,32	0,16	0	29	116,6
1091	Хлеб пшеничный	30	1,60	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржаной	30	1,60	1,98	0,36	10,02	51,24
	Итого обед:	770	70,00	22,53	16,46	125,71	751,83

Утверждено
Директор МБОУ СОШ № 22

Шиварева С.Ю.

Индивидуальный предприниматель

Музкин Д.Т.

Меню для питания детей за счет средств родителей

18 мая 2023г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса, г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углеводы	
	Обед						
73	Кабачковая икра	60	6,90	0,08	0,3	0,51	4,98
101	Суп картофельный с пшеном	200	7,60	1,78	3,28	12,4	93,2
229/331	Рыба, припущенная с овощами 50/50	100	32,10	18,12	8,94	9,19	193,86
312	Пюре картофельное	150	17,20	3,56	4,24	20,17	130,97
1091	Хлеб пшеничный	30	1,60	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржаной	30	1,60	1,98	0,36	10,02	51,24
378	Чай с сахаром 200/15	215	3,00	0,1	0	15	60
	Итого обед:	785	70,00	27,9	17,36	82,05	604,57

Утверждено:
Директор МБОУ СОШ № 22

Шиварева С.Ю.

Индивидуальный предприниматель

Дурзин Д.Т.

Меню для питания детей за счет средств родителей

19 мая 2023г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса, г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углеводы	
	Обед						
324	Свекла тушеная	60	3,00	1	0,83	7,65	42,12
102	Суп гороховый	200	10,20	4,12	4	14,49	110,23
291	Плов с курицей 90/150	240	50,60	26,37	29,08	45,72	547,24
378	Чай с сахаром 200/15	215	3,00	0,1	0	15	60
1091	Хлеб пшеничный	30	1,60	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржаной	30	1,60	1,98	0,36	10,02	51,24
	Итого обед:	775	70,00	35,85	34,51	107,64	881,15