

Согласовано  
директор МБОУ  
Самбукской СОШ

А. В. Ручка

«01» сентября 2023г



Утверждаю  
ИП АТАЯН

*А. Атаян* Р. А. Атаян  
«01» сентября 2023г.

# ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ ИЗ МАЛОБЕСПЕЧЕННЫХ СЕМЕЙ

Согласовано

Директор МБОУ  
Самобекской СОШ

А.В Ручка



Школа Самобекская

## Ежедневное меню

УТВЕРЖДАЮ  
ИП АтаянАтаян

1 неделя, понедельник, 1 день

Отд./корп.

День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Угле- воды
Завтрак	гор. блюдо	620/1	ВОК (курица и овощи)	40/30	28	215	22,82	26,13	32,47
		681/1	Макароны отварные	100	9,0	160	9,2	8,35	9,75
	гор. напиток.	686	Чай с сахаром	200	4,0	56	1,4	0,0	14,0
	хлеб		пшеничный йодированный	50	4,0	117	4,42	0,56	44,7
			Итого:	420	45	548	37,84	35,04	100,92





А. В Ручка

## Ежедневное меню

### 1 неделя, среда, 3 день

УТВЕРЖДАЮ  
ИП Атаян

Атаян

Школа Самбекская

Отд./корп.

День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Угле-воды
Завтрак		694/1	Тефтели рыбные в с соусе	40/30	27	109,35	12,96	5,2	3,19
		563/1	Пюре картофельное	100	10,0	190,26	6,45	7,27	19,6
	напиток	686	Чай с сахаром	200	4,0	132,0	0,20	0,00	32,6
	хлеб		пшеничный йодированный	50	4,0	117	4,42	0,56	44,7
			Итого:	420	45	585,35	24,89	13,13	106,08

Согласовано  
 Директор МБОУ  
 Самбукской СОШ  
 А. В Ручка



Школа Самбукская

# Ежедневное меню

1 неделя, четверг, 4 день

УТВЕРЖДАЮ  
 ИП Атаян

*Атаян*

Отд./корп. \_\_\_\_\_

День \_\_\_\_\_

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Угле- воды
Завтрак	гор. блюдо	328	Каша рисовая на молоке	180	28,4	218,75	2,62	7,5	356
		584	Бутерброд с маслом	30/10	12,6	126	7,6	17,5	10,0
	гор. напиток.	686	Чай с сахаром	200	4,0	56	1,4	0,0	0,14
			Итого:	420	45	400,75	11,62	25	396,7

Согласовано



Директор МБОУ

Самаркандской СОШ

А.В Ручка

Школа Самаркандская

## Ежедневное меню

1 неделя, пятница, 5 день

УТВЕРЖДАЮ

ИП Атаян

*Атаян*

Отд./корп.

День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Угле- воды
Завтрак	гор. блюдо	516	Гуляш мясной	100	28,0	118,56	4,57	6,91	36,81
		413	Гречка отварная	100	9,0	182,7	14,34	9,16	0,98
	гор. напиток.	686	Чай с сахаром	200	4,0	56	1,4	0,0	0,14
	хлеб		пшеничный йодированный	50	4,0	117	4,42	0,56	44,7
			Итого:	400	45	474,26	24,73	16,63	82,63



## Ежедневное меню

УТВЕРЖДАЮ  
ИП Атаян

*Атаян*

2 неделя, понедельник, 6 день

Школа Самбекская

Отд./корп.

День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Угле- воды
Завтрак	гор. блюдо	42	Гречка по-купечески (с мясом курицы)	170	37	103,5	4,98	5,43	24,17
	напит.	686	Чай с сахаром	180	4,0	132,0	0,20	0,0	32,6
	хлеб		пшеничный йодированный	50	4,0	117	4,42	0,56	44,7
			Итого:	400	45	489	13,2	15,82	137,17

Согласовано

Директор МБОУ

Самбекской СОШ

А.В Ручка



## Ежедневное меню

УТВЕРЖДАЮ

ИП Атаян

*Атаян*

### 2 неделя, вторник, 7 день

Отд./корп. \_\_\_\_\_

День \_\_\_\_\_

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	620/1	Куриная котлета	40/30	28	215	22,82	26,13	32,47
		681/1	Каша пшеничная	100	9,0	160	9,2	8,35	9,75
	напит.	686	Чай с сахаром	200	4,0	28,0	1,4	0,0	0,14
	хлеб		Пшеничный йодированный	50	4,0	117	4,42	0,56	44,7
			Итого:	420	45	520	37,84	35,04	87,06







