

Согласовано
директор МБОУ
Самбекской СОШ

А. В. Ручка

«01» сентября 2023г



Утверждаю

ИП АТАЯН

А. Атаян А. Атаян

«01» сентября 2023г.

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ С ОВЗ

Согласовано
 Директор МБОУ
 Самбукской СОШ
 А. В. Ручка

Ежедневное меню

УТВЕРЖДАЮ
 ИП Атаян

1 неделя, понедельник, 1 день

Атаян

Школа Самбукская

Отд./корп.

День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Угле-воды
Завтрак	гор. Блюдо	620	ВОК (курица и овощи)	80/30	59,49	320	22,82	26,13	32,47
		681/1	Макароны отварные	150	15,0	190	9,2	8,35	9,75
		5	Овощная закуска	60	24,0	60,3	0,93	0,16	2,8
гор. напиток.	хлеб	686	Чай с сахаром	200	4,0	56	1,4	0,0	14,0
			пшеничный йодированный	50	4,0	117	4,42	0,56	44,7
		204	Суп рисовый	250	20,0	169,83	1,3	2,19	11,6
		584	Бутерброд с маслом	30/10	13,0	126	7,6	17,5	10,0
		686	Чай с сахаром	200	4,0	56	1,4	0,0	14,0
			Итого:	1060	143,49	1095,13	55,6	55,25	139,32

Согласовано

Директор МБОУ
Самбекской СОШ

А. В. Ручка

Ежедневное меню

УТВЕРЖДАЮ
ИП Атаян

Атаян

1 неделя, вторник, 2 день

Школа Самбекская

Отд./корп.

День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Угле- воды
Завтрак	гор. блюдо	614/1	Плов с курицей	180/80	72,49	290	19,1	18,36	6,13
		5	Овощная закуска	60	24,0	60,3	0,864	0,1	2,8
	гор. напиток	868/1	Компот из сухофруктов	200	6,0	132,0	0,2	0,0	14,0
	хлеб		пшеничный йодированный	50	4,0	117	4,42	0,56	44,7
		204	Суп вермишелевый	250	20,0	120	3,58	2,18	11,6
		584	Бутерброд с маслом	30/10	13,0	126	7,6	17,5	10,0
		686	Чай с сахаром	200	4,0	56	1,4	0,0	14,0
			Итого:	1060	143,49	901,3	36,584	38	80,63



Согласовано
 Директор МБОУ
 Самбекской СОШ
 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 соусе	80/30	61,88	170,35	12,96	5,2	3,19
		563/1	Пюре картофельное	150	12,61	200	6,45	7,27	19,6
		5	Овощная закуска	60	24,0	60,3	0,86	0,1	2,8
	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
		204	Суп гороховый	250	20,0	103,4	9,3	3,78	2,2
		584	Бутерброд с маслом	30/10	13,0	126	7,6	17,5	10,0
		686	Чай с сахаром	200	4,0	56	1,4	0,0	14,0
			Итого:	1060	143,49	965,05	43,19	34,41	132,28

Согласовано
 Директор МБОУ
 Сямбекской СОШ

А. В. Ручка



Ежедневное меню

УТВЕРЖДАЮ
 ИП Атаян

Атаян

1 неделя, четверг, 4 день

Школа Сямбекская

Отд./корп.

День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Угле- воды
Завтрак	гор. блюдо	328	Каша рисовая на молоке с изюмом	250	36,0	278,8	12,62	7,5	356
		584	Бутерброд с маслом	30/10	13,0	126	7,6	17,5	10,0
		56	Бутерброд с сыром	30/10	22,6	190	3,5	8,0	19,0
	гор. напиток. хлеб	686	Чай с сахаром	200	4,0	56	1,4	0,0	0,14
			Кондитерские изделия	60	27	170	2	0,0	30,56
		206	Суп крестьянский с пшенич. крупой	250	20,0	136,53	13,43	3,41	15,08
		584	Бутерброд с маслом	30/10	13,0	126	7,6	17,5	10,0
		686	Чай с сахаром	200	4,0	56	1,4	0,0	14,0
			Итого:	1090	143,49	1139,33	36,05	45,91	396,7



Согласовано
Директор МБОУ
Самбекской СОШ
А. В. Ручка

Ежедневное меню

УТВЕРЖДАЮ
ИП Атаян

1 неделя, пятница, 5 день

Школа Самбекская

Отд./корп.

День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Угле-воды
Завтрак	гор. блюдо	516	Гуляш мясной	60/30	59,99	110,56	4,57	6,91	36,81
		413	Гречка отварная	130	13,0	210,7	14,34	9,16	0,98
		5	Овощная закуска	60	24,0	60,3	0,48	0,06	1,56
	гор. напиток. хлеб	847/1	Чай с лимоном	200	4,5	94,2	0,04	0,0	24,76
			пшеничный йодированный	50	4,0	117	4,42	0,56	44,7
		170/1	Борщ	250	20,0	100,1	3,02	4,03	28,6
		584	Бутерброд с маслом	30/10	13,0	126	7,6	17,5	10,0
		686	Чай с сахаром	200	4,0	56	1,4	0,0	14,0
			Итого:	1060	143,49	874,86	35,87	38,22	161,41

Согласовано

Директор МБОУ

Самбукской СОШ

А. В. Ручка

Ежедневное меню

2 неделя, понедельник, 6 день

УТВЕРЖДАЮ

ИП Атаян



Школа Самбукская

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)	80/30	65,49	193,5	4,98	5,43	24,17
		5	Овощная закуска	60	24,0	60,3	0,93	0,16	2,8
	напит.	686	Компот из сухофруктов	200	6,0	132,0	0,20	0,0	32,6
	хлеб		пшеничный йодированный	50	4,0	117	4,42	0,56	44,7
		204	Суп рисовый	250	20,0	172,6	1,58	2,19	11,66
		584	Бутерброд с маслом и сыром	30/10	20,0	126	7,6	17,5	10,0
		686	Чай с сахаром	200	4,0	56	1,4	0,0	14,0
			Итого:	1040	143,49	993,9	24,71	35,5	159,97

Согласовано

Директор МБОУ
Самбукской СОШ

А. В. Ручка

Ежедневное меню

2 неделя, вторник, 7 день

УТВЕРЖДАЮ

ИП Атаян

Атаян



Школа Самбукская

Отд./корп.

День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Угле- воды
Завтрак	гор. блюдо	620/1	Куриная котлета	80/30	61,49	260	22,82	26,13	32,47
		681/1	Каша пшеничная	150	13,0	190	9,2	8,35	9,75
		5	Овощная закуска	60	24,0	60,3	0,93	0,16	2,8
	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
		204	суп гороховый	250	20,0	103,4	9,3	3,78	2,2
		584	Бутерброд с маслом	30/10	13,0	126	7,6	17,5	10,0
		686	Чай с сахаром	200	4,0	56	2,21	0,26	22,4
			Итого:	1060	143,49	940,7	38,77	58,78	123

Согласовано

Директор МБОУ
Самбекской СОШ

А. В. Ручка

Ежедневное меню

2 неделя, среда, 8 день

УТВЕРЖДАЮ
ИП Атаян

Атаян

Школа Самбекская

Отд./корп.

День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Угле-воды
Завтрак	гор. блюдо	768	Рыба, запеченная в панировке	80/30	61,49	220	8,87	983	11,71
		563/1	Рис отварной	150	13,0	173	6,45	7,27	19,6
		5	Овощная закуска	60	24,0	60,3	0,86	0,1	2,8
	напит.	868/1	Чай с сахаром	200	4,0	132,0	0,2	0,0	32,0
	хлеб		пшеничный йодированный	50	4,0	117	4,42	0,56	44,7
		204	Суп вермишелевый	250	20,0	103,4	9,3	3,78	2,2
		584	Бутерброд с маслом	30/10	13,0	126	7,61	17,5	10,0
		686	Чай с сахаром ²	200	4,0	56	1,4	0,0	22,4
			Итого:	1090	143,49	987,7	38,9	130,23	145,81



Ежедневное меню

УТВЕРЖДАЮ
ИП Атаян

2 неделя, четверг, 9 день

Атаян

Школа Самбекская

Отд./корп.

День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Угле-воды
Завтрак	гор. блюдо	328	Каша манная на молоке	240	37,89	340	20,54	27	45,1
		868/1	Компот из сухофруктов	200	6,0	132,0	7,12	0,00	32,6
	гор. напиток		Кондитерские изделия	60	27	300	2,5	0,00	31,2
	хлеб	584	Бутерброд с маслом	30/10	13,0	126	7,6	17,5	10,0
		56	Бутерброд с сыром	30/10	22,6	190	3,5	8,0	19,0
		206	Суп крестьянский с пшенич. крупой	250	20,0	136,53	13,43	3,4	15,08
		584	Бутерброд с маслом	30/10	13,0	126	7,6	17,5	10,0
		686	Чай с сахаром	200	4,0	56	2,21	0,26	22,4
			Итого:	1110	143,49	1406	53,52	50	156,5

Согласовано

Директор МБОУ

Самбукской СОШ

А. В. Ручка



Ежедневное меню

УТВЕРЖДАЮ

ИП Атаян

Атаян

2 неделя, пятница, 10 день

Школа Самбукская

Отд./корп.

День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Угле-воды
Завтрак	гор. блюдо	516	Спагетти в мясном соусе	150/60	74,49	110,56	4,57	6,91	36,81
		5	Овощная закуска	60	24,0	60,3	1,5	0,06	0,15
	напит.	847/1	Чай с сахаром	200	4,0	94,2	0,04	0,0	24,76
	хлеб		пшеничный йодированный	50	4,0	117	4,42	0,56	44,7
		170/1	Борщ	250	20,0	180,1	3,03	4,03	28,6
		584	Бутерброд с маслом	30/10	13,0	126	7,6	17,5	10,0
		686	Чай с сахаром	200	4,0	1,4	2,21	0,26	14,0
			Итого:	1060	143,49	900,26	37,06	40,01	159,4