



Утверждаю: _____ Д
 директор МБОУ СОШ
 С. Юсупов М.Р. Абдалиловский
 ай. М. Бахтуров И.А.

Возраст		от 7 до 11 лет						
наименование блюд	№ рецепта	масса порц. (г)	Пищевая ценность			Эн. ценность	Витамин С, мг	
			белки	жиры	углеводы			
завтрак для детей из МН,1-4 классы и ОВЗ 1 прием								
день 1 первой недели							0.07	
	Тефтели	№ 105	80/50	11.4	18.4	15.6	274	2.08
	Макаронные изделия отварные	№202	180/5	6.6	5	40	235	0
	Чай с лимоном	№270	200	0.2	0.04	10.2	41	2.8
	Хлеб пшеничный(ржаной)	№ 75,02	30	2		14	71	
	Фрукт (яблоко)	№Д07ФР19	150	0.6	0.6	14.7	71	15
	Итого за завтрак		620/65	20.8	24.04	94.5	692	19.95
	обед для ОВЗ 2 прием							
	Салат "Пестрый"	№ 32	80	1.3	5.9	5.3	79.6	7.77
	Суп с макаронными изделиями	№ 59	200	2.1	2	15	89	3.46
	Чай с молоком	№ 269	200	1.6	1.8	12.4	69	0.65
	Хлеб пшеничный (ржаной)	№ 75,02	25	2		12	59	
	сыр (порциями)	№1	10	3	3		36	
	коржик молочный	№806	60	4	6.7	37	223	
Итого за обед		305/15	11	16.4	81.7	460.6	11.88	
Итого за день		925/80	31.8	40.44	176.2	1152.6	31.83	



Утверждаю _____ Д

 т.Гусев МР Абзелиповский
 район № Бахтиров И.А.

Возраст		от 7 до 11 лет						
наименование блюд		масса порц. (г)	Пищевая ценность			ценность	Витамин С,мг	
			белки	жиры	углеводы			
день 2 первой недели	завтрак для детей из МН,1-4 классы и ОВЗ 1 прием							
	Каша гречневая рассыпчатая	№297	180/5	10.1	6.3	41.7	268	0.46
	котлета	№451	80/30	13.8	11.1	11.1	200	
	Соус томатный	№593	50	0.5	2.3	3	35	
	Хлеб пшеничный (ржаной)	№ 75,02	30	2		14	71	
	компот	№278	200	1	0.05	27.5	110	
	Груша		230	0.3	0.15	6.15	28.2	3
	Итого за завтрак		570/5	26.7	19.85	75.95	602.2	3.46
	Винегрет	№ 40	80	1	1.8	5.8	44	4.14
	суп гороховый	№63	200/15	6.4	3.5	25.5	161	6
	Чай с сахаром	№268	200	0.1	0.03	9.9	35	1.36
	Хлеб пшеничный(ржаной)	№ 75,02	30	2		14	71	
	булочка с маком		100					
	Итого за обед		505/8	9.5	5.33	55.2	311	11.5
	Итого за день		1075/13	36.2	25.18	131.15	913.2	14.96



Д. Гусев
 Директор КФБОУ СОШ
 с. Гусево МР Аселиповский
 район, РБ Дахтияров И.А.

Возраст		от 7 до 11 лет					
наименование блюд	масса порц. (г)	Пищевая ценность			ценность	Витамин С,мг	
		белки	жиры	углеводы			
завтрак для детей из МН,1-4 классы и ОВЗ 1 прием							
						1.4	
Рассольник на мясном бульоне	№56	200/8	1.7	4.2	12.3	96	5.36
Какао с молоком	№ 274	200	3.3	2.5	13.7	88	0.52
Хлеб пшеничный (ржаной)	№75,0,2	30	2		14	71	
Фрукт (банан)		150	0.6	0.2	8.4	38.4	4
булочка	№769	100	7	11.8	53.4	348	
Итого за завтрак		600/8	14.6	18.7	101.8	641.4	11.28
обед для ОВЗ 2 прием							
Салат витаминный	№ 21	80	1.2	3.6	8.8	72	10.96
Рагу овощное с мясом	№ 115	200	18.7	22.8	18.8	355	11.33
сыр (порциями)	№1	10	3	3		36	0.07
Чай с сахаром	№268	200	0.1	0.03	9.9	35	
шоколад "Аленка"		15					
Хлеб пшеничный(ржаной)	№ 75,02	30	2		14	71	
Итого за обед		535	25	29.43	51.5	569	22.36
Итого за день		1105/8	39.6	48.13	153.3	1210.4	33.64



Возраст		от 7 до 11 лет						
наименование блюд		масса порц. (г)	Пищевая ценность				Витамин С,мг	
			белки	жиры	углеводы	ценность		
день 4 первой недели	завтрак для детей из МН,1-4 классы и ОВЗ 1 прием							
	Сыр (порциями)	№ 1	10	3	3		36	0.07
	Каша "Дружба" с маслом	№169	180/5	5	7	25	185	1.19
	Чай с молоком	№274	200	3.3	2.5	13.7	88	2.8
	Булочка "Домашняя"	№102	60	5	10	38	256	
	Хлеб пшеничный (ржаной)	№ 75,02	30	2		14	71	
	Фрукт (груша)		150	0.3	0.15	6.15	28.2	3
	Итого за завтрак		630/5	18.6	22.65	96.85	664.2	7.06
	обед для ОВЗ 2 прием							
	Помидор свежий	№105	20			1	5	5
	Суп-лапша по домашнему	№19,29	200	16	10	12	200	5.28
	Хлеб пшеничный(ржаной)	№ 75,02	30	2		14	71	
	Компот из сухофруктов	№278	200	1	0.05	27.5	110	0.32
	шоколад "Аленка"		15					
Итого за обед		450/30	19	10.05	54.5	386	10.6	
Итого за день		1080/35	37.6	32.7	151.35	1050.2	17.66	



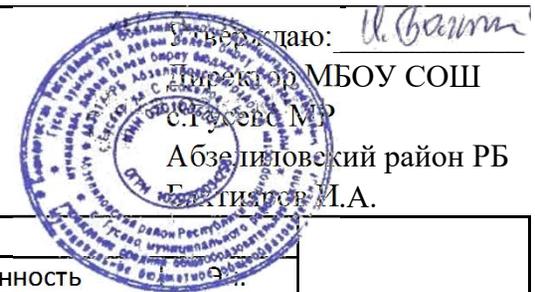
Возраст		от 7 до 11 лет						
наименование блюд		масса порц. (г)	Пищевая ценность			Энергетическая ценность	Витамин С, мг	
			белки	жиры	углеводы			
День 5 первой недели	завтрак для детей из МН, 1-4 классы и ОВЗ 1 прием							
	Булочка сдобная	№ 260	100	7.8	8.6	52.6	318	0.04
	Борщ со сметаной на мясном бульоне	№ 54	200/8	1.9	6.6	10.9	110	6.55
	Бульон мясной прозрачный	№ 50						
	Хлеб пшеничный (ржаной)	№ 75,02	30	2		14	71	
	Кофейный напиток	№ 272	200	2.9	2.8	14.9	94	0.52
	Яблоко		150	0.6	0.6	14.7	71	15
	Итого за завтрак		530/8	15.2	18.6	107.1	664	22.11
	обед для ОВЗ 2 прием							
	Салат из свеклы отварной	№ 25	80	1.1	6.6	6.4	88	7.25
	Жаркое по домашнему	№ 98	250	18.8	20.1	20.3	339	1.6
	Чай с сахаром	№ 268	200	0.1	0.03	9.9	35	
	Хлеб пшеничный (ржаной)	№ 75,02	30	2		14	71	
	Сыр (порциями)	№ 1	10	3	3		36	
	Итого за обед		570	22	26.73	50.6	533	8.85
	Итого за день		1080/8	37.2	45.33	157.7	1197	30.96



И. Бамин

Министерство образования
и науки Республики Башкортостан
Муниципальное общеобразовательное учреждение
с. Гусево МР
Абзелиловский район РБ
Бахтуров Е.А.

Возраст		от 7 до 11 лет					Эн. ценность	Витамин С, мг
наименование блюд	масса порц. (г)	Пищевая ценность			ценность			
		белки	жиры	углеводы				
День 1 второй недели	завтрак для детей из МН, 1-4 классы и ОВЗ 1 прием							
	Макаронные изделия отварные	№33	150	6	5	36	212	0.07
	Биточки мясные	№39	60	11	8	10	160	0.15
	Хлеб пшеничный(ржаной)	№ 75,02	30	2	0.24	14	71	
	Кисель	№292	200	0.1	0.1	27.6	109	
	банан		150	6	0.2	8.4	38.4	0.65
								4
	Итого за завтрак		400/50	25.1	13.54	96	590.4	4.87
	обед для ОВЗ 2 прием							
	Салат из свеклы с яблоками	№7, 04	60	1	3	5	51	5.63
	Щи из свежей капусты	№124	200/10	1.4	4.7	6.8	75	5.28
	Мясной бульон прозрачный	№50						
	Шоколад "Аленка"		20					
	Чай с молоком	№274	200	3.3	2.5	13.7	88	16.2
	Хлеб пшеничный (ржаной)	№ 75,02	30	2		14	71	
коржик молочный	№806	60	4	6.7	37	223		
Итого за обед		505	11.7	16.9	76.5	508	27.11	
Итого за день		905/50	36.8	30.44	172.5	1098.4	31.98	



Составлено: *И. Багман*
 директор МБОУ СОШ
 С.Г. Хусеинов
 Абзелитовский район РБ
 Е.А. Хитяев М.А.

Возраст		от 7 до 11 лет						
наименование блюд		масса порц. (г)	Пищевая ценность				Витамин С, мг	
			белки	жиры	углеводы	ценность		
день 2 второй недели	завтрак для детей из МН, 1-4 классы и ОВЗ 1 прием							
	Булочка "Домашняя"	№102	60	5	10	38	256	
	Хлеб пшеничный (ржаной)	№ 75,02	30	2		14	71	
	Каша жидкая молочная из рисовой к	№ 9,02	180/5	5	7	30	202	1.17
	Сыр (порциями)	№ 1	10	3	3		36	
	Какао с молоком	№ 45,01	200	4	4	22	136	0.38
	груша		150	0.3	0.15	6.15	28.2	3
	Итого за завтрак		470/5	16.3	21.15	110.15	693.2	4.55
	Огурцы свежие	№ 3	20				2	1.4
	Макаронные изделия отварные	№202	180/5	6.6	5	40	235	0
	Тефтели из говядины	№ 105	80/50	11.4	18.4	15.6	274	2.08
	Хлеб пшеничный (ржаной)	№ 75,02	30	2		14	71	
	Чай с сахаром	№268	200	0.1	0.03	9.9	35	
	Плюшка		100					
	Итого за обед		510/55	20.1	23.43	79.5	617	3.48
Итого за день		980/60	36.4	46.86	189.65	1310.2	8.03	



Составлю: *И. Гамова*
 директор МБОУ СОШ
 с. Русеево 14Р
 Абзелиловский район РБ
 Батиров И.А.

Возраст		от 7 до 11 лет						Витамин С, мг
наименование блюд	порц. (г)	Пищевая ценность				ценность		
		белки	жиры	углеводы	...			
День 3 второй недели	завтрак для детей из МН, 1-4 классы и ОВЗ 1 прием							
	каша гречневая рассыпчатая	№165	180/5	14	8.7	57.9	372	5
	котлета	№ 104	80/30	12	11.3	9.2	187	0.08
	Соус томатный	№593	50	0.5	2.3	3	35	6.22
	Чай с лимоном	№270	200	0.2	0.04	10.2	41	0.32
	Хлеб пшеничный (ржаной)	№ 75,02	30	2		14	71	
	Итого за завтрак		510/30	28.7	22.34	94.3	706	11.62
	обед для ОВЗ 2 прием							
	Салат витаминный	№ 21	80	1.2	3.6	8.8	72	
	Суп крестьянский с крупой и с мясом	№ 65	200/8	1.7	4.5	10	88	6.4
	Хлеб пшеничный (ржаной)	№ 75,02	30	2		14	71	
	Компот из сухофруктов	№278	200	1	0.05	27.5	110	0.32
	Шоколад Аленка		20					
	Компот из сухофруктов	№278	200	1	0.05	27.5	110	3
	Итого за обед		660/8	6.9	8.2	87.8	451	9.72
Итого за день		1390/30	35.6	30.54	182.1	1157	21.34	



Возраст		от 7 до 11 лет						
наименование блюд		масса порц. (г)	Пищевая ценность			ценность	Витамин С,мг	
			белки	жиры	углеводы			
день 4 второй недели	завтрак для детей из МН,1-4 классы и ОВЗ 1 прием							
	Жаркое по домашнему	№ 98	250	18.8	20.1	20.3	339	1.6
	Хлеб пшеничный (ржаной)	№ 75,02	30	2		14	71	
	Компот из сухофруктов	№278	200	1	0.05	27.5	110	2.8
	пряник		60					
	Фрукт (яблоко)	№Д07ФР19	150	0.6	0.6	14.7	71	15
	Итого за завтрак		690	22.4	20.75	76.5	591	19.4
	обед для ОВЗ 2 прием							
	Помидор свежий	№105	20					22.98
	Суп-лапша домашняя с курицей	№ 19,29	200	16	10	12	200	1.77
	Чай с молоком	№274	200	3.3	2.5	13.7	88	0.32
	шоколад "Аленка"		20					
	Плюшка		100					
	Хлеб пшеничный (ржаной)	№ 75,02	30	2		14	71	
	Итого за обед		490/5	21.3	12.5	39.7	359	25.07
Итого за день		1120/5	43.7	33.25	116.2	950	44.47	



Возраст		от 7 до 11 лет					
наименование блюд		масса порц. (г)	Пищевая ценность			ценность	Витамин с,мг
			белки	жиры	углеводы		
завтрак для детей из МН,1-4 классы и ОВЗ 1 прием							
Каша "Дружба" с маслом	№ 187	180/5	5.7	8	30.6	217	0.48
Хлеб пшеничный (ржаной)	№ 75,02	30	2		14	71	
Сыр (порциями)	№ 1	10	3	3		36	0.07
Чай с сахаром	№268	200	0.1	0.03	9.9	35	
Булочка сдобная	№260	100	7.8	8.6	52.6	318	0.04
Банан		150	0.6	0.2	8.4	38.4	4
Итого за завтрак		660/5	19.2	19.83	115.5	715.4	4.59
обед для ОВЗ 2 прием							
Суп с рыбными консервами	№87	200	8.6	8.4	14.3	167.3	9.1
Бутерброт с сыром	№3	30-0ct	5	3	14.5	106	3
Чай с молоком	№274	200	3.3	2.5	13.7	88	0.59
Булочка с маком		100					
Компот из сухофруктов	№278			0.05			0.32
Итого за обед		39520	16.9	13.95	42.5	361.3	13.01
Итого за день		1040/5	36.1	33.78	158	1076.7	17.6
Итого период			371	366.65	1588.15	11115.7	252.47

день 5 второй недели

|

