

Директор МОБ **Тасовано** Кошераевская СОШ  
Васильев С.Г.



Директор ООО ПТФ "Меркурий"  
Шайбаева О.П.



Дата \_\_\_\_\_

День по меню 10

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ
		Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6
<b>Завтрак (категории - родительские взносы, ММО, СВО, ОБЗ старшие классы)</b>					
Огурцы порционно (овощи натуральные)	50	0,4	0,05	1,65	7
Рыба, тушеная в томате с овощами	100	8,9	4,4	4,7	94
Картофельное пюре	200	0,45	3,99	5,02	134
Хлеб пшеничный обогащенный	60	3		21	106
Чай с молоком	150/50	0,08	0,01	16,07	65
<b>Всего в завтрак</b>	<b>610</b>	<b>12,83</b>	<b>8,45</b>	<b>48,44</b>	<b>406</b>
<b>Обед (категория - ОБЗ старшие классы)</b>					
Салат из свежей капусты, помидоров и огурцов	60	1,5	3,5	3	51
Суп Свекольник со сметаной	250	4,77	8,3	29,38	163
Плов из птицы	200	15,56	20	43,33	412
Хлеб пшеничный обогащенный	30	1,5		10,5	53
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	2,4		12	60
Компот из свежих яблок	200	0,15	0,14	17,19	71
<b>Всего в обед</b>	<b>770</b>	<b>25,88</b>	<b>31,94</b>	<b>115,4</b>	<b>810</b>
<b>Всего в день</b>	<b>1 380</b>	<b>38,71</b>	<b>40,39</b>	<b>163,84</b>	<b>1 216</b>

Согласовано"  
 Директор МОБУ "Амзибашевская СОШ"  
 Васильев С.Г.



Утверждено"  
 Директор ООО ПАО "Меркурий"  
 Пашабакова О.П.



Дата \_\_\_\_\_

День по меню 1

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ
		Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6
<b>Завтрак (категории - родительские взносы, ММО, СВО, ОВЗ старшие классы)</b>					
Тефтели "Детские"	50	9,4	12,7	25,6	254
Соус томатный	30	1,45	2,78	1,55	44
Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,2	6	43,2	254
Хлеб пшеничный обогащенный	30	1,5		10,5	53
Чай с сахаром	200	0,1		9,1	35
Булочка "Домашняя"	60	5	10	38	256
<b>Всего в завтрак</b>	<b>550</b>	<b>24,65</b>	<b>31,48</b>	<b>127,95</b>	<b>897</b>
<b>Обед (категория - ОВЗ старшие классы)</b>					
Салат из моркови с сахаром	60	0,71	0,05	11,95	51
Щи из свежей капусты с картофелем	250	2,1	6,7	10,1	110
Гуляш из филе птицы	90	7,2	6,44	3,07	201
Каша гречневая рассыпчатая	150	7,5	5,26	35,64	220
Хлеб пшеничный обогащенный	30	1,5		10,5	53
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	2,4		12	60
Какао с молоком	200	4,53	3,73	25,8	151
<b>Всего в обед</b>	<b>810</b>	<b>25,94</b>	<b>22,19</b>	<b>109,06</b>	<b>846</b>
<b>Всего в день</b>	<b>1 360</b>	<b>50,59</b>	<b>53,66</b>	<b>237,01</b>	<b>1 742</b>

Директор МОУ "Средняя общеобразовательная школа №10 г. Казань" **Васильев С.Г.**



Директор ООО ПКФ "Меркурий" **Ибакова О.П.**



Дата \_\_\_\_\_

День по меню 2

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ
		Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6
<b>Завтрак (категории - родительские взносы, ММО, СВО, ОВЗ старшие классы)</b>					
Рагу овощное с мясом птицы	220	20,88	22,04	20,36	363
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	2,4		12	60
Бутерброд с маслом	40	2,59	4,38	11,15	94
Чай с молоком	150/50	0,08	0,01	16,07	65
Яблоко	100			10	47
<b>Всего в завтрак</b>	<b>590</b>	<b>25,95</b>	<b>26,43</b>	<b>69,58</b>	<b>629</b>
<b>Обед (категория - ОВЗ старшие классы)</b>					
Салат витаминный	60	0,9	2,7	6,5	56
Суп картофельный с бобовыми и гренками	250/20	7,3	4,4	30,8	204
Рыба, тушеная в томате с овощами	100	8,9	4,4	4,7	94
Картофельное пюре	200	0,45	3,99	5,02	134
Хлеб пшеничный обогащенный	30	1,5		10,5	53
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	2,4		12	60
Чай с молоком	150/50	0,08	0,01	16,07	65
<b>Всего в обед</b>	<b>890</b>	<b>21,53</b>	<b>15,5</b>	<b>85,59</b>	<b>666</b>
<b>Всего в день</b>	<b>1 480</b>	<b>47,48</b>	<b>41,93</b>	<b>155,17</b>	<b>1 295</b>

Директор МОБУ "Муниципальная СОШ  
Васильев С.Г.



Директор ООО ПЧФ "Меркурий"  
Цыбакова О.П.



Дата \_\_\_\_\_

День по меню 3

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ
		Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6
<b>Завтрак (категории - родительские взносы, ММО, СВО, ОВЗ старшие классы)</b>					
Котлеты из мяса птицы	60	10	11	8	170
Каша молочная "Дружба"	200	6,16	8,43	32,54	234
Хлеб пшеничный обогащенный	60	3		21	106
Кофейный напиток	200	4,2	2,8	18,5	109
Пирожок печеный с яблоками	85	5,6	4,67	53,6	285
<b>Всего в завтрак</b>	<b>620</b>	<b>28,96</b>	<b>26,9</b>	<b>133,64</b>	<b>904</b>
<b>Обед (категория - ОВЗ старшие классы)</b>					
Салат из свежей капусты, помидоров и огурцов	60	1,5	3,5	3	51
Рассольник "Ленинградский" со сметаной	250	4,01	8,52	24,5	151
Плов из птицы	200	15,56	20	43,33	412
Хлеб пшеничный обогащенный	30	1,5		10,5	53
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	2,4		12	60
Компот из рябины черноплодной и свежих яблок	200	0,08	0,08	12,95	53
<b>Всего в обед</b>	<b>770</b>	<b>25,05</b>	<b>32,1</b>	<b>106,28</b>	<b>780</b>
<b>Всего в день</b>	<b>1 390</b>	<b>54,01</b>	<b>59</b>	<b>239,92</b>	<b>1 684</b>

Директор МОБУ "Средняя общеобразовательная СОШ №1 им. С.Г. Рахильев" Рахильев С.Г.



Директор ООО ПК "Меркурий" Байдакова О.П.



Дата \_\_\_\_\_

День по меню 4

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ
		Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6
<b>Завтрак (категории - родительские взносы, ММО, СВО, ОВЗ старшие классы)</b>					
Суп-лапша домашняя	250	5,49	5,09	3,68	63
Запеканка рисовая с творогом	150/5	9,08	10,63	48,79	327
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	2,4		12	60
Хлеб пшеничный обогащенный	30	1,5		10,5	53
Какао с молоком	200	4,53	3,73	25,8	151
<b>Всего в завтрак</b>	<b>665</b>	<b>23</b>	<b>19,45</b>	<b>100,77</b>	<b>654</b>
<b>Обед (категория - ОВЗ старшие классы)</b>					
Салат из свежих огурцов	60	0,5	2,7	1,8	35
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	2,19	5,53	13,56	113
Жаркое по домашнему с мясом говядины	180	13,2	16,8	20,4	283
Хлеб пшеничный обогащенный	30	1,5		10,5	53
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	2,4		12	60
Чай с сахаром	200	0,1		9,1	35
<b>Всего в обед</b>	<b>750</b>	<b>19,89</b>	<b>25,03</b>	<b>67,36</b>	<b>579</b>
<b>Всего в день</b>	<b>1 415</b>	<b>42,89</b>	<b>44,48</b>	<b>168,13</b>	<b>1 233</b>

Директор МОБУ "Музибашевская СОШ" **Васильев С.Г.**



Директор ООО КФ "Меркурий" **Ибакова О.П.**



Дата \_\_\_\_\_

День по меню 5

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ
		Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6
<b>Завтрак (категории - родительские взносы, ММО, СВО, ОВЗ старшие классы)</b>					
Огурцы порционно (овощи натуральные)	50	0,4	0,05	1,65	7
Гуляш из отварного мяса	90	11,35	21,31	7,77	268
Картофельное пюре	200	0,45	3,99	5,02	134
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	2,4		12	60
Кисель витаминизированный Плодово-ягодный	200			94,5	378
<b>Всего в завтрак</b>	<b>570</b>	<b>14,6</b>	<b>25,35</b>	<b>120,94</b>	<b>847</b>
<b>Обед (категория - ОВЗ старшие классы)</b>					
Винегрет	60	1	6	4	76
Суп крестьянский с крупой со сметаной	250	5,65	9,06	17,61	203
Каша пшенная молочная с маслом	200	8,26	8,49	45,53	249
Биточки (котлеты) мясные	50	9,17	6,67	8,33	133
Хлеб пшеничный обогащенный	30	1,5		10,5	53
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	2,4		12	60
Чай с лимоном	200	0,08	0,01	16,07	65
<b>Всего в обед</b>	<b>820</b>	<b>28,06</b>	<b>30,23</b>	<b>114,04</b>	<b>839</b>
<b>Всего в день</b>	<b>1 390</b>	<b>42,66</b>	<b>55,58</b>	<b>234,98</b>	<b>1 686</b>

Директор МОБУ "Средняя общеобразовательная школа №10"



Васильев С.Г.



Директор МОБУ "Средняя общеобразовательная школа №10" Меркурий" Шабакова О.П.

Дата \_\_\_\_\_

День по меню 6

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ
		Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6
<b>Завтрак (категории - родительские взносы, ММО, СВО, ОВЗ старшие классы)</b>					
Котлеты из мяса птицы	60	10	11	8	170
Соус томатный	30	1,45	2,78	1,55	44
Каша гречневая рассыпчатая	180	9	6,31	42,77	264
Хлеб пшеничный обогащенный	30	1,5		10,5	53
Чай с сахаром	200	0,1		9,1	35
Шаньга наливная	75	4,7	4,3	28,2	175
<b>Всего в завтрак</b>	<b>575</b>	<b>26,75</b>	<b>24,39</b>	<b>100,12</b>	<b>741</b>
<b>Обед (категория - ОВЗ старшие классы)</b>					
Салат из моркови и яблок	60	1,08	4,08	10,08	80
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	5,5	4,5	20,2	149
Гуляш из филе птицы	90	7,2	6,44	3,07	201
Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,2	6	43,2	254
Хлеб пшеничный обогащенный	30	1,5		10,5	53
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	2,4		12	60
Компот из свежих яблок	200	0,15	0,14	17,19	71
<b>Всего в обед</b>	<b>840</b>	<b>25,03</b>	<b>21,16</b>	<b>116,24</b>	<b>868</b>
<b>Всего в день</b>	<b>1 415</b>	<b>51,78</b>	<b>45,55</b>	<b>216,36</b>	<b>1 610</b>

Директор МОБУ "Сельскохозяйственная СОШ" **Васильев С.Г.**



Директор ООО "Меркурий" **Файбакова О.П.**



Дата \_\_\_\_\_

День по меню 7

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ
		Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6
<b>Завтрак (категории - родительские взносы, ММО, СВО, ОВЗ старшие классы)</b>					
Салат из белокочанной капусты с морковью	60	1	6	6	82
Плов из отварной говядины	200	14,44	17,78	43,33	389
Хлеб пшеничный обогащенный	30	1,5		10,5	53
Бутерброд с сыром	40	5,15	3,13	11,1	93
Чай с молоком	150/50	0,08	0,01	16,07	65
<b>Всего в завтрак</b>	<b>530</b>	<b>22,17</b>	<b>26,92</b>	<b>87</b>	<b>682</b>
<b>Обед (категория - ОВЗ старшие классы)</b>					
Салат из свежих помидор с луком с растительным маслом	60	0,6	3,36	31,2	43
Щи по-уральски (с крупой)	250	1,8	4,3	6,7	78
Котлета рыбная	60	8,88	6,84	7,68	128
Соус томатно-овощной	30	1,86	1,81	2,78	50
Картофельное пюре	200	0,45	3,99	5,02	134
Хлеб пшеничный обогащенный	30	1,5		10,5	53
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	2,4		12	60
Какао с молоком	200	4,53	3,73	25,8	151
<b>Всего в обед</b>	<b>860</b>	<b>22,02</b>	<b>24,03</b>	<b>101,68</b>	<b>698</b>
<b>Всего в день</b>	<b>1 390</b>	<b>44,19</b>	<b>50,95</b>	<b>188,69</b>	<b>1 379</b>



Директор МОУ "Средняя общеобразовательная школа №10 г. Ташкент" **Васильев С.Г.**



Директор ООО ПТФ "Меркурий" **Исабакова О.П.**



Дата \_\_\_\_\_

День по меню 8

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ
		Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6
<b>Завтрак (категории - родительские взносы, ММО, СВО, ОВЗ старшие классы)</b>					
Суп картофельный с бобовыми и гренками	250/20	7,3	4,4	30,8	204
Сырники из творога со сгущенным молоком	100/20	21,7	4,19	35,74	290
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	2,4		12	60
Хлеб пшеничный обогащенный	30	1,5		10,5	53
Компот из рябины черноплодной и свежих яблок	200	0,08	0,08	12,95	53
<b>Всего в завтрак</b>	<b>650</b>	<b>32,98</b>	<b>8,67</b>	<b>101,99</b>	<b>660</b>
<b>Обед (категория - ОВЗ старшие классы)</b>					
Салат из моркови с сахаром	60	0,71	0,05	11,95	51
Суп-лапша домашняя	250	5,49	5,09	3,68	63
Рагу овощное с мясом птицы	200	18,98	20,04	18,51	330
Хлеб пшеничный обогащенный	30	1,5		10,5	53
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	2,4		12	60
Кисель плодово-ягодный	200	0,2		3,9	16
<b>Всего в обед</b>	<b>770</b>	<b>29,28</b>	<b>25,18</b>	<b>60,53</b>	<b>573</b>
<b>Всего в день</b>	<b>1 420</b>	<b>62,26</b>	<b>33,85</b>	<b>162,52</b>	<b>1 233</b>

Директор МОБУ "Средняя общеобразовательная школа №10" г. Златоустовская СОШ  
Васильев С.Г.



Директор ПТО "Меркурий" г. Златоуст  
Ийбакова О.П.



Дата \_\_\_\_\_

День по меню 9

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ
		Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6
<b>Завтрак (категории - родительские взносы, ММО, СВО, ОВЗ старшие классы)</b>					
Гуляш из филе птицы	90	7,2	6,44	3,07	201
Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,2	6	43,2	254
Хлеб пшеничный обогащенный	30	1,5		10,5	53
Компот из смеси сухофруктов	200	0,56		27,89	113
Яблоко	100			10	47
<b>Всего в завтрак</b>	<b>600</b>	<b>16,46</b>	<b>12,44</b>	<b>94,66</b>	<b>668</b>
<b>Обед (категория - ОВЗ старшие классы)</b>					
Салат "Пестрый"	60	0,6	2,7	6,48	53
Суп крестьянский с крупой со сметаной	250	5,65	9,06	17,61	203
Тефтели "Детские"	50	9,4	12,7	25,6	254
Соус томатно-овощной	30	1,86	1,81	2,78	50
Каша рисовая рассыпчатая	180	4,28	4,57	43,78	241
Хлеб пшеничный обогащенный	30	1,5		10,5	53
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	2,4		12	60
Чай с лимоном	200	0,08	0,01	16,07	65
<b>Всего в обед</b>	<b>830</b>	<b>25,77</b>	<b>30,86</b>	<b>134,83</b>	<b>979</b>
<b>Всего в день</b>	<b>1 430</b>	<b>42,23</b>	<b>43,3</b>	<b>229,49</b>	<b>1 647</b>