Согласовано:	
Директор МОАУ СОШ № 4	(Юсупова Л.Ю.



Утвержд <u></u>

Умурбае

Меню

на 12.09.2023, МОАУ СОШ № 4, 1-4 кл ОВЗ,инвалиды

Выход	№ рец.	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),
(г)	№ рец.	Панменование олюда	витамины (мг), микроэлементы (мг)
		<u> Завтрак</u>	
105/5	181	Каша жидкая молочная из	Калорийность-206, Белки-6, Жиры-7,
185/5	101	манной крупы с м/сл	Углеводы-30
		Крупа манная, Молоко, Сахар, Соль йодированная,	
60	567	Булочка "Российская"	Калорийность-207, Белки-4, Жиры-5,
		Мука пшеничная, Сахар, Масло сливочное (И), Моло	Углеводы-37 око, Яйио, Соль йодированная, Дрожжи сухие,
		Ванилин	1
200	493	Чай с сахаром	Калорийность-40, Углеводы-10
		Чай, Caxap	
50	109	Хлеб ржано-пшеничный для	Калорийность-105, Белки-4, Жиры-1,
		детского питания с вит.	Углеводы-22
		Итого за Завтрак	
		Обед	Углеводы-98
			74 F 2 77
60	69	Салат овощной с зеленым	Калорийность-71, Белки-2, Жиры-4,
		ГОРОШКОМ Картофель неочищенный, Морковь неочищенная, Г	Углеводы-6
		прастительное, Соль йодированная растительное, Соль йодированная	орошек зеленыи консерв., лицо, масло
200	113	Суп лапша домашняя	Калорийность-198, Белки-16, Жиры-10,
200	113	·	Углеводы-12
20	176	Мука пшеничная, Яйцо, Соль йодированная, Лук рег	
20	176	Гренки из пшеничного хлеба	Калорийность-75, Белки-3, Углеводы-15
30/150	43	Капуста тушеная с мясным	Калорийность-216, Белки-12, Жиры-14, Углеводы-10
		фаршем	у Глеводы-10 ищенная, Томат-паста, Морковь неочищенная, Лук
		репчатый неочищенный, Масло растительное, Сол	
200	512	Компот из изюма	Калорийность-116, Углеводы-28
		Изюм, Сахар	
25	109	Хлеб ржано-пшеничный для	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11
20	107	детского питания с вит.	темперинисти с 2, и и и 2, и и и и и и и и и и и и и и
40	108	Хлеб пшеничный для детского	Калорийность-88, Белки-3, Углеводы-18
70	100	питания с вит. и железом	•
		Итого за Обед	Калорийность-816, Белки-38, Жиры-29, Углеволы-100
		Итого за день	Калорийность-1 374, Белки-52, Жиры-41, Углеводы-199
Шеф-по	вар		(Давлетгареева Г.И.)
Ответственный по питанию		, и по питанию	(Акбашева Г.З.)
CIDCICI	Delilibit.		(I Modifieda I .o.)
V о нг ум :	aro e		(Запинова П А)
Калькул	чтор		(Зарипова Д.А.)

Стоимость питания

Согласовано:	
Директор МОАУ СОШ № 4	(Юсупова Л.Ю.



Утвержд — — — — Умурбае

Меню

на 12.09.2023, МОАУ СОШ № 4, 1-4 кл

Выход (г)	№ рец.	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
		<u> Завтрак</u>	
185/5	181	Каша жидкая молочная из манной крупы с м/сл	Калорийность-206, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-30
60	567	Крупа манная, Молоко, Сахар, Соль йодированная, Булочка "Российская"	масло сливочное (и) Калорийность-207, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-37
		Мука пшеничная, Сахар, Масло сливочное (И), Моло Ванилин	, ,
200	493	Чай с сахаром Чай, Сахар	Калорийность-40, Углеводы-10
50	109	Хлеб ржано-пшеничный для	Калорийность-105, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-22
		детского питания с вит.	
		итого за завтрак <i>Обед</i>	Калорийность-558, Белки-14, Жиры-12, Углеводы-98
			IC 2 71 F 2 21C 4
60	69	Салат овощной с зеленым	Калорийность-71, Белки-2, Жиры-4,
горошком Углеводы-6 Картофель неочищенный, Морковь неочищенная, Горошек зеленый консерв., Яйцо, Марастительное, Соль йодированная		• •	
200	113	Суп лапша домашняя	Калорийность-198, Белки-16, Жиры-10,
		Мука пшеничная, Яйцо, Соль йодированная, Лук рег	Углеводы-12
20	176	Гренки из пшеничного хлеба	Калорийность-75, Белки-3, Углеводы-15
20/150	42	Капуста тушеная с мясным	Калорийность-216, Белки-12, Жиры-14,
30/150	43	фаршем	Углеводы-10
		Говядина котлетное, Капуста белокочанная неочи репчатый неочищенный, Масло растительное, Сол	иценная, Томат-паста, Морковь неочищенная, Лук ъ йодированная
200	512	Компот из изюма Изюм, Сахар	Калорийность-116, Углеводы-28
25	109	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с вит.	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-11
40	100	Хлеб пшеничный для детского	W 2 00 F 2 W 10
40	108	питания с вит. и железом	Калорийность-88, Белки-3, Углеводы-18
		Итого за Обед	Калорийность-816, Белки-38, Жиры-29, Углеволы-100
		Итого за день	Калорийность-1 374, Белки-52, Жиры-41, Углеводы-199
Шеф-по	вар		(Давлетгареева Г.И.)
-	•	и по питанию	(Акбашева Г.З.)
Калькул	дотк		(Зарипова Д.А.)

Стоимость питания

Согласовано:	
Директор МОАУ СОШ № 4	(Юсупова Л.Ю.)



Утвержд <u></u>
Умурбае

Меню

на 12.09.2023, МОАУ СОШ № 4, 1-4 классы диабетик

Выход	№ рец.	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),	
(г)	r P - A		витамины (мг), микроэлементы (мг)	
<u>Завтрак</u>				
185/5	264	Каша молочная из пшенной	Калорийность-219, Белки-7, Жиры-8,	
100/0	-0.	крупы жидкая с м/сл	Углеводы-30	
	5.4	Крупа пшенная, Молоко, Соль йодированная, Мас	ло сливочное (И)	
200	54-	Чай (без сахара)		
100	1гн- 112	Фрукт яблоко	Калорийность-47, Углеводы-10	
100	112	Хлеб ржано-пшеничный для	•	
50	109	<u>-</u>	Калорийность-105, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-22	
		детского питания с вит.		
		Итого за Завтра	к Калорийность-371, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-61	
		<u>О</u> бед_	3 ПСВОДЫ-01	
		Салат из моркови с зелёным	Калорийность-75, Белки-1, Жиры-6,	
60	61	горошком	Углеводы-4	
		Морковь неочищенная, Горошек зеленый консерв.		
200	113	Суп лапша домашняя	Калорийность-198, Белки-16, Жиры-10,	
200	113	· ·	Углеводы-12	
		Мука пшеничная, Яйцо, Соль йодированная, Лук р Гренки из ржано-пшеничного	епчатыи неочищенныи, Масло растительное	
20	170	•	Калорийность-66, Белки-2, Углеводы-14	
		хлеба	V 216 F 12 W 14	
30/150	43	Капуста тушеная с мясным	Калорийность-216, Белки-12, Жиры-14, Углеволы-10	
		фаршем Говядина котлетное Капуста белокочанная нео	у плеводы-10 учищенная, Томат-паста, Морковь неочищенная, Лук	
		репчатый неочищенный, Масло растительное, С		
200	512	Компот из изюма (без сахара)	Калорийность-56, Углеводы-13	
65	109	Хлеб ржано-пшеничный для	Калорийность-136, Белки-5, Жиры-1,	
05	109	детского питания с вит.	Углеводы-28	
		Итого за Обе,	д Калорийность-747, Белки-37, Жиры-30,	
			Углеволы-80 Изметер 1 118 г 40 Жинг 20	
		Итого за ден	ь Калорийность-1 118, Белки-49, Жиры-39, Углеводы-141	
Шеф-повар (Давлетгареева Г.И.)				
Ответственный по питанию		 і по питанию	(Акбашева Г.З.)	
Τ.			(0,	
Калькулятор(Зарипова Д.А.)				

Стоимость питания

64-44

72-54

Согласовано:	
Директор МОАУ СОШ № 4	(Юсупова Л.Ю.



Утвержд
<u>
</u>
Умурбае

Меню

на 12.09.2023, МОАУ СОШ № 4, 5-11кл ОВЗ,инвалиды

Выход	№ рец.	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),
(г)	J Pen.		витамины (мг), микроэлементы (мг)
		<u> Завтрак</u>	
220/5	181	Каша манная молочная	Калорийность-239, Белки-7, Жиры-7,
220/5	101	жидкая с м/сл	Углеводы-36
		Крупа манная, Молоко, Сахар, Соль йодированная,	
60	567	Булочка "Российская"	Калорийность-207, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-37
		Мука пшеничная, Сахар, Масло сливочное (И), Мол Ванилин	• •
200	493	Чай с сахаром <i>Чай, Сахар</i>	Калорийность-40, Углеводы-10
<i>(</i> -	100	Хлеб ржано-пшеничный для	Калорийность-136, Белки-5, Жиры-1,
65	109	детского питания с вит.	Углеводы-28
		Итого за Завтрак	Калорийность-622, Белки-16, Жиры-13,
		r	Углеводы-111
		<u>Обед</u>	
6 0	(0	Салат овощной с зеленым	Калорийность-71, Белки-2, Жиры-4,
60	69	горошком	Углеводы-6
		Картофель неочищенный, Морковь неочищенная,	Горошек зеленый консерв., Яйцо, Масло
		растительное, Соль йодированная	16 × 240 F 20 Ms 12
250	113	Суп лапша домашняя на	Калорийность-248, Белки-20, Жиры-12,
		мясном бульоне	Углеводы-14
20	176	Мука пшеничная, Яйцо, Соль йодированная, Лук ре Гренки из пшеничного хлеба	Калорийность-75, Белки-3, Углеводы-15
20	170	Капуста тушеная с мясным	•
30/170	43	фаршем 30/170	Калорийность-231, Белки-13, Жиры-15, Углеводы-12
		. .	ищенная, Томат-паста, Морковь неочищенная, Лук
		репчатый неочищенный, Масло растительное, Со	
200	512	Компот из изюма	Калорийность-116, Углеводы-28
		Изюм, Сахар	
		Хлеб ржано-пшеничный для	
40	109	детского питания с	Калорийность-84, Белки-3, Углеводы-17
		витаминами и железом	
55	108	Хлеб пшеничный для детского	Калорийность-120, Белки-4, Жиры-1,
33	100	питания с вит. и железом	Углеводы-25
		Итого за Обед	Углеволы-118
		Итого за день	
Шеф-по	вар		(Давлетгареева Г.И.)
Ответственный по питанию		по питанию	(Акбашева Г.З.)
C 1DC1C1		. 110 111111111111111111111111111111111	_ (1 1110 2111 0 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1

Калькулятор	(Зарипова Д.А.)
J 1	

Стоимость питания

Согласовано:	
Директор МОАУ СОШ № 4	(Юсупова Л.Ю.



Утвержд <u></u> Умурбае

Меню

на 12.09.2023, МОАУ СОШ № 4, 5-11кл

Выход	№ рец.	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г)
(г)	F - 4	, ,	витамины (мг), микроэлементы (мг)
		<u>Завтрак</u>	
220/5	181	Каша манная молочная	Калорийность-239, Белки-7, Жиры-7,
220/3	101	жидкая с м/сл	Углеводы-36
		Крупа манная, Молоко, Сахар, Соль йодированн	
60	567	Булочка "Российская"	Калорийность-207, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-37
		Мука пшеничная, Сахар, Масло сливочное (И), М Ванилин	У ГЛЕВОДЫ-Э / Молоко, Яйцо, Соль йодированная, Дрожжи сухие,
200	493	Чай с сахаром	Калорийность-40, Углеводы-10
		Чай, Сахар	
65	109	Хлеб ржано-пшеничный для	Калорийность-136, Белки-5, Жиры-1,
03	109	детского питания с вит.	Углеводы-28
<u> </u>		Итого за Завтра	ак Калорийность-622, Белки-16, Жиры-13,
		•	Углеводы-111
		<u>Обед</u>	
(0	<i>(</i> 0	Салат овощной с зеленым	Калорийность-71, Белки-2, Жиры-4,
60	69	горошком	Углеводы-6
		Картофель неочищенный, Морковь неочищенна	я, Горошек зеленый консерв., Яйцо, Масло
		растительное, Соль йодированная	
250	113	Суп лапша домашняя на	Калорийность-248, Белки-20, Жиры-12,
230		мясном бульоне	Углеводы-14
		Мука пшеничная, Яйцо, Соль йодированная, Лук	
20	176	Гренки из пшеничного хлеба	Калорийность-75, Белки-3, Углеводы-15
30/170	43	Капуста тушеная с мясным	Калорийность-231, Белки-13, Жиры-15,
30/1/0	43	фаршем 30/170	Углеводы-12
			гочищенная, Томат-паста, Морковь неочищенная, Лук
200	512	репчатый неочищенный, Масло растительное,	
200	512	Компот из изюма Изюм, Сахар	Калорийность-116, Углеводы-28
		Хлеб ржано-пшеничный для	
40	109	детского питания с	Калорийность-84, Белки-3, Углеводы-17
40	109		калоринность оч, всяки э, этисводы тү
		У ноб и и описи и и и и и и и и и и и и и и и и и и	0 Varianum 120 Farrer 4 Wwa 1
55	108	Хлеб пшеничный для детског	Калорийность-120, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-25
		питания с вит. и железом	
		Итого за Об	ед Калорийность-945, Белки-45, Жиры-32, Углеволы-118
		Итого за по	углеволы-118 нь Калорийность-1 567, Белки-61, Жиры-45
		итого за дег	Углеводы-229
			(Давлетгареева Г.И.)
Шеф-по	вар		(давлен арсева г.и.)

Калькулятор	(Зарипова Д.А.)
J 1	

Стоимость питания

Согласовано:	
Директор МОАУ СОШ № 4	(Юсупова Л.Ю.



Утвержд
<u>—</u>
Умурбае

Меню

на 12.09.2023, МОАУ СОШ № 4, 5-11 классы диабетик

Выход	№ рец.	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),		
(г)	л рец.		витамины (мг), микроэлементы (мг)		
<u>Завтрак</u>					
220/5	264	Каша молочная из	Калорийность-252, Белки-11, Жиры-8,		
		пшеничной крупы жидкая с	Углеводы-37		
		Крупа пшеничная, Молоко, Соль йодированная, Масло сливочное (И)			
200	54-	Чай (без сахара)			
	1гн-	• •			
65	109	Хлеб ржано-пшеничный для	Калорийность-136, Белки-5, Жиры-1,		
0.5		детского питания с вит.	Углеводы-28		
100	112	Фрукт яблоко	Калорийность-47, Углеводы-10		
		Итого за Завтрак			
		24.)	Углеводы-75		
<u>Обед</u>					
60	61	Салат из моркови с зелёным	Калорийность-75, Белки-1, Жиры-6,		
00		горошком	Углеводы-4		
250		Морковь неочищенная, Горошек зеленый консерв.,			
	113	Суп лапша домашняя на	Калорийность-248, Белки-20, Жиры-12,		
		мясном бульоне	Углеводы-14		
20		Мука пшеничная, Яйцо, Соль йодированная, Лук ре Гренки из ржано-пшеничного	тчатый неочищенный, масло растительное		
	170	хлеба	Калорийность-66, Белки-2, Углеводы-14		
	43		Wayanyiyyaany 221 Fayyyy 12 Wyyny 15		
30/170		Капуста тушеная с мясным	Калорийность-231, Белки-13, Жиры-15, Углеводы-12		
		фаршем 30/170	, ,		
Говядина котлетное , Капуста белокочанная неочищенная, Томат-паста, Морковь неочищенная, Лук репчатый неочищенный, Масло растительное, Соль йодированная					
200	512	Компот из изюма (без сахара)	Калорийность-56, Углеводы-13		
0.5	109	Хлеб ржано-пшеничный для	Калорийность-178, Белки-6, Жиры-1,		
85		детского питания с вит.	Углеводы-37		
		Итого за Обед	Калорийность-854, Белки-43, Жиры-34,		
			<u>Углеводы-93</u>		
		Итого за день			
			Углеводы-168		
Шеф-повар Ответственный по питанию			_(Давлетгареева Г.И.)		
		и́ по питанию	(Акбашева Г.З.)		
V о нт тат	amora.		(Запущава П А)		
Калькул	ятор		_(Зарипова Д.А.)		

аю: _{Ба 3.Ф.}

Стоимость питания

73-20

84-45