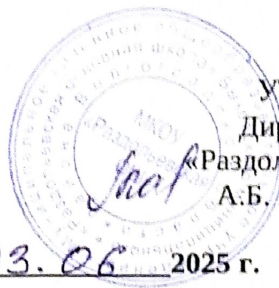


УТВЕРЖДАЮ:
Директор МКОУ
«Раздольевская ОШ»
А.Б. Калтумбасова

1 день МЕНЮ на 22.06 2025 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Каша молочная манная вареная с маслом и сахаром	220	5,83	6,27	27,83	191,4
Хлебобулочное с повидлом	40/10/30	3,3	7,3	31,0	277,3
Чай с сахаром и лимоном	207	0,3	0,0	10,6	43,52
Итого за прием пищи:	507	9,4	13,6	79,6	552
Обед					
Овощи по сезону (огурец свежий)	60	0,5	0,1	1,5	8,52
Суп с макаронными изделиями	200	5,1	5,8	18,5	146,42
Фрикадельки с соусом	90/30	16,0	12,8	8,0	191,4
Каша ячневая вязкая	150	4,8	6,2	28,0	180,6
Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,0	19,8	81
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9
Хлеб пеклеванный	50	3,2	0,4	20,6	98,9
Итого за прием пищи:	820	33,1	25,5	113,6	798,74
Всего за день:		42,5	39,1	193,2	1350,74

Повар: *Калтумбасова* М. Калтумбасова



УТВЕРЖДАЮ:
Директор МКОУ
«Раздольевская ОП»
А.Б. Калтумбасова

2 день МЕНЮ на 03.06 2025 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белк и, г	Жиры, г	Угле воды, г	
Завтрак					
Каша молочная пшенная жидкая с маслом и сахаром	200	8,3	10,1	27,6	234,5
Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,5	45,6
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	10,4	42,32
Итого за прием пищи:	550	12,6	10,8	71,8	437,22
Обед					
Овощи по сезону (помидор свежий)	60	0,7	0,1	2,3	12,8
Щи из свежей капусты с картофелем	200	2,6	4,0	6,9	74
Котлета из птицы	90	14,6	18,7	13,6	235,8
Макаронные изделия отварные	150	5,4	4,9	32,8	196,8
Кисель из повидла	200	0,1	0,0	28,2	113,2
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9
Хлеб пеклеванный	40	2,5	0,4	16,5	79,2
Итого за прием пищи:	780	28,9	28,3	119,8	817,8
Всего за день:		41,5	39,1	191,6	1304,5

Повар: *Калтумбасова* М. Калтумбасова

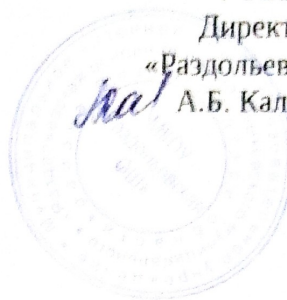
УТВЕРЖДАЮ:
Директор МКОУ
«Раздольевская ОШ»
А.Б. Калтумбасова

3 день МЕНЮ на 04.06 2025 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Суп молочный с макаронными изделиями (вермишель)	250	6,9	9,8	22,3	205
Чай с молоком	200	1,6	1,1	12,6	66,52
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8
Итого за прием пищи:	500	12,2	11,2	59,2	386,32
Обед					
Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий в нарезке)	60	0,6	3,6	2,1	42,42
Суп с бобовыми (горох)	200	4,6	4,4	15,2	117,8
Котлеты рыбные (минтай)	90	12,2	8,2	14,3	179,8
Каша пшеничная с овощами	150	5,5	6,7	27,1	190,99
Компот из свежих плодов	200	0,2	0,1	10,2	42,5
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9
Хлеб пеклеванный	50	3,2	0,4	20,6	98,9
Итого за прием пищи:	790	27,6	23,7	109,0	764,31
Всего за день:		39,8	34,9	168,2	1150,63

Повар: *Калтумбасова* М. Калтумбасова

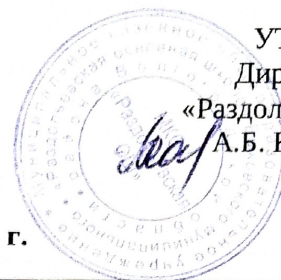
УТВЕРЖДАЮ:
Директор МКОУ
«Раздольевская ОПШ»
А.Б. Калтумбасова



4 день МЕНЮ на 05.06 2025 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетич еская ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Каша молочная геркулесовая жидкая с маслом и сахаром	220	9,8	7,5	24,7	205,5
Бутерброд с повидлом	40/10/30	3,3	7,3	31,0	277,3
Чай с сахаром и лимоном	207	0,3	0,0	10,6	43,52
Итого за прием пищи:	507	13,4	14,8	66,3	547,9
Обед					
Овощи по сезону (огурец свежий)	60	0,5	0,1	1,5	8,52
Суп из овощей	200	1,4	4,0	8,9	74
Плов из птицы	200	20,4	25,3	36,5	415
Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,0	19,8	81
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8
Хлеб пеклеванный	50	3,2	0,4	20,6	98,9
Итого за прием пищи:	760	29,7	30,1	111,6	792,22
Всего за день:		43,1	44,9	177,9	1340,12

Повар: Калтумбасова М. Калтумбасова



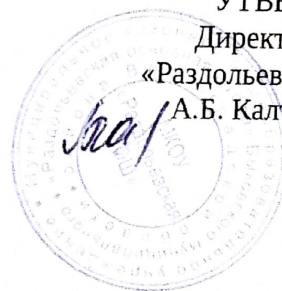
УТВЕРЖДАЮ:
Директор МКОУ
«Раздольевская ОШ»
А.Б. Калтумбасова

5 день МЕНЮ на 06.06 2025 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Каша вязкая из риса и пшена Дружба с маслом	200	5,5	12,1	34,7	307
Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,5	45,6
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	10,4	42,32
Итого за прием пищи:	565	9,8	12,8	78,9	509,72
Обед					
Овощи по сезону (помидор свежий)	60	0,7	0,1	2,3	12,8
Суп с макаронными изделиями	200	5,1	5,8	18,5	146,42
Котлета мясикапустная	90	11,7	13,7	12,0	180,9
Горошница	150	13,5	6,9	35,0	202
Компот из свежих плодов	200	0,2	0,1	10,2	42,5
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9
Хлеб пеклеванный	50	3,2	0,4	20,6	98,9
Итого за прием пищи:	790	37,4	27,2	118,1	775,42
Всего за день:		47,2	40,0	197,0	1285,14

Повар: *А.Б. Калтумбасова* М. Калтумбасова

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МКОУ
«Раздольевская ОШ»
А.Б. Калтумбасова



6 день МЕНЮ на 09.06 2025 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Каша молочная рисовая жидкая с маслом и сахаром	220	5,6	9,8	30,6	273,2
Ватерброд с сыром	50/10/15	7,7	12,6	28,5	245,8
Чай с сахаром и лимоном	207	0,3	0,0	10,6	43,52
Итого за прием пищи:	502	13,6	22,4	69,7	562,52
Обед					
Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий в нарезке)	60	0,6	3,6	2,1	42,42
Борщ с капустой и картофелем	200	1,6	4,0	10,4	84,5
Фрикадельки с соусом	90/30	16,0	12,8	8,0	191,4
Сладкие изделия сварные	150	5,4	4,9	32,8	196,8
Кисель из повидла	200	0,1	0,0	28,2	113,2
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9
Хлеб пеклеванный	50	3,2	0,4	20,6	98,9
Итого за прием пищи:	790	29,9	25,9	121,6	819,12
Всего за день:		43,5	48,3	191,3	1381,64

Повар: Полина М. Калтумбасова

УТВЕРЖДАЮ:
 Директор МКОУ
 «Раздольевская ОШ»
 А.Б. Каттумбасова

7 день МЕНЮ на 10.06 2025 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Каша молочная пшенная жидкая с маслом и сахаром	200	8,3	10,1	27,6	234,5
Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,5	45,6
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	10,4	42,32
Итого за прием пищи:	550	12,6	10,8	71,8	437,22
Обед					
Овощи по сезону (огурец свежий)	60	0,5	0,1	1,5	8,52
Суп с бобовыми (горох)	200	4,6	4,4	15,2	117,8
Гречка по купечески с курицей	200	13,2	17,8	37,5	363
Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,0	19,8	81
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8
Хлеб пеклеванный	50	3,2	0,4	20,6	98,9
Итого за прием пищи:	740	25,7	23,00	118,9	784,02
Всего за день:		38,3	33,8	190,7	1221,24

Повар: *А.Б. Каттумбасова* М. Каттумбасова

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МКОУ
«Раздольевская ОШ»
А.Б. Калтумбасова

8 день МЕНЮ на 11.06 2025 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Запеканка рисовая с творогом	200	11,6	8,6	60,7	366,5
Суп молочный (сладкий)	50	0,9	2,2	6,7	50,8
Чай с сахаром и лимоном	207	0,3	0,0	10,6	43,52
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8
Итого за прием пищи:	507	16,5	11,1	102,3	575,62
Обед					
Овощи по сезону (помидор свежий)	60	0,7	0,1	2,3	12,8
Суп из овощей	200	1,4	4,0	8,9	74
Котлеты рыбные (минтай)	90	12,2	8,2	14,3	179,8
Каша пшеничная с овощами	150	5,5	6,7	27,1	190,99
Компот из свежих плодов	200	0,2	0,1	10,2	42,5
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8
Хлеб пеклеванный	50	3,2	0,4	20,6	98,9
Итого за прием пищи:	800	27,0	19,8	107,7	713,79
Всего за день:		43,5	30,9	210,0	1289,41

Повар: Калтумбасова М. Калтумбасова

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МКОУ

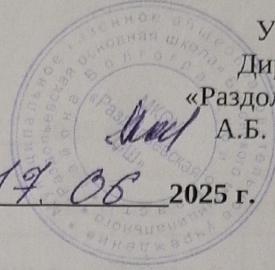
«Раздольевская ОШ»

А.Б. Калтумбасова

1 день МЕНЮ на 16.06 2025 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Каша молочная манная вязкая с маслом и сахаром	220	5,83	6,27	27,83	191,4
Бутерброд с повидлом	40/10/30	3,3	7,3	31,0	277,3
Чай с сахаром и лимоном	207	0,3	0,0	10,6	43,52
Итого за прием пищи:	507	9,4	13,6	79,6	552
Обед					
Овощи по сезону (огурец свежий)	60	0,5	0,1	1,5	8,52
Суп с макаронными изделиями	200	5,1	5,8	18,5	146,42
Фрикадельки с соусом	90/30	16,0	12,8	8,0	191,4
Каша ячневая вязкая	150	4,8	6,2	28,0	180,6
Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,0	19,8	81
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9
Хлеб пеклеванный	50	3,2	0,4	20,6	98,9
Итого за прием пищи:	820	33,1	25,5	113,6	798,74
Всего за день:		42,5	39,1	193,2	1350,74

Повар: А.Б. Калтумбасова

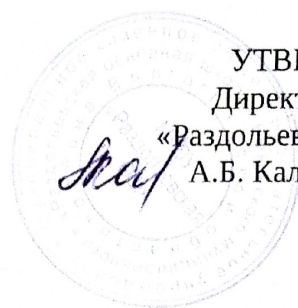


УТВЕРЖДАЮ:
Директор МКОУ
«Раздольевская ОП»
А.Б. Калтумбасова

2 день МЕНЮ на 17.06 2025 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Каша молочная пшенная жидкая с маслом и сахаром	200	8,3	10,1	27,6	234,5
Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,5	45,6
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	10,4	42,32
Итого за прием пищи:	550	12,6	10,8	71,8	437,22
Обед					
Овощи по сезону (помидор свежий)	60	0,7	0,1	2,3	12,8
Щи из свежей капусты с картофелем	200	2,6	4,0	6,9	74
Котлета из птицы	90	14,6	18,7	13,6	235,8
Макаронные изделия отварные	150	5,4	4,9	32,8	196,8
Кисель из повидла	200	0,1	0,0	28,2	113,2
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9
Хлеб пеклеванный	40	2,5	0,4	16,5	79,2
Итого за прием пищи:	780	28,9	28,3	119,8	817,8
Всего за день:		41,5	39,1	191,6	1304,5

Повар: Калтумбасова М. Калтумбасова



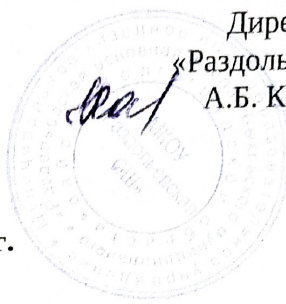
УТВЕРЖДАЮ:
Директор МКОУ
«Раздольевская ОШ»
А.Б. Калтумбасова

3 день МЕНЮ на 18.06 2025 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети ческая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Суп молочный с макаронными изделиями (вермишель)	250	6,9	9,8	22,3	205
Чай с молоком	200	1,6	1,1	12,6	66,52
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8
Итого за прием пищи:	500	12,2	11,2	59,2	386,32
Обед					
Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий в нарезке)	60	0,6	3,6	2,1	42,42
Суп с бобовыми (горох)	200	4,6	4,4	15,2	117,8
Котлеты рыбные (минтай)	90	12,2	8,2	14,3	179,8
Каша пшеничная с овощами	150	5,5	6,7	27,1	190,99
Компот из свежих плодов	200	0,2	0,1	10,2	42,5
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9
Хлеб пеклеванный	50	3,2	0,4	20,6	98,9
Итого за прием пищи:	790	27,6	23,7	109,0	764,31
Всего за день:		39,8	34,9	168,2	1150,63

Повар: А.Б. Калтумбасова М. Калтумбасова

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МКОУ
«Раздольевская ОШ»
А.Б. Калтумбасова



4 день МЕНЮ на 19.06 2025 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Каша молочная геркулесовая жидкая с маслом и сахаром	220	9,8	7,5	24,7	205,5
Бутерброд с повидлом	40/10/30	3,3	7,3	31,0	277,3
Чай с сахаром и лимоном	207	0,3	0,0	10,6	43,52
Итого за прием пищи:	507	13,4	14,8	66,3	547,9
Обед					
Овощи по сезону (огурец свежий)	60	0,5	0,1	1,5	8,52
Суп из овощей	200	1,4	4,0	8,9	74
Плов из птицы	200	20,4	25,3	36,5	415
Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,0	19,8	81
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8
Хлеб пеклеванный	50	3,2	0,4	20,6	98,9
Итого за прием пищи:	760	29,7	30,1	111,6	792,22
Всего за день:		43,1	44,9	177,9	1340,12

Повар: Калтумбасова М. Калтумбасова

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МКОУ
«Раздольевская ОШ»
А.Б. Калтумбасова

5 день МЕНЮ на 20.06 2025 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Каша вязкая из риса и пшена Дружба с маслом	200	5,5	12,1	34,7	307
Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,5	45,6
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	10,4	42,32
Итого за прием пищи:	565	9,8	12,8	78,9	509,72
Обед					
Овощи по сезону (помидор свежий)	60	0,7	0,1	2,3	12,8
Суп с макаронными изделиями	200	5,1	5,8	18,5	146,42
Котлета мясoкaпyстная	90	11,7	13,7	12,0	180,9
Горошница	150	13,5	6,9	35,0	202
Компот из свежих плодов	200	0,2	0,1	10,2	42,5
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9
Хлеб пеклеванный	50	3,2	0,4	20,6	98,9
Итого за прием пищи:	790	37,4	27,2	118,1	775,42
Всего за день:		47,2	40,0	197,0	1285,14

Повар: А.Б. Калтумбасова

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МКОУ
«Раздольевская ОШ»
А.Б. Калтумбасова

7 день МЕНЮ на 24.06 2025 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Каша молочная пшенинная жидкая маслом и сахаром	200	8,3	10,1	27,6	234,5
Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,5	45,6
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	10,4	42,32
Итого за прием пищи:	550	12,6	10,8	71,8	437,22
Обед					
Овощи по сезону (огурец свежий)	60	0,5	0,1	1,5	8,52
Суп с бобовыми (горох)	200	4,6	4,4	15,2	117,8
Гречка по купечески с курицей	200	13,2	17,8	37,5	363
Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,0	19,8	81
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8
Хлеб пеклеванный	50	3,2	0,4	20,6	98,9
Итого за прием пищи:	740	25,7	23,00	118,9	784,02
Всего за день:		38,3	33,8	190,7	1221,24

Повар: *А.Б. Калтумбасова* М. Калтумбасова

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МКОУ
«Раздольевская ОШ»
А.Б. Калтумбасова

8 день МЕНЮ на 25.06 2025 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Запеканка рисовая с творогом	200	11,6	8,6	60,7	366,5
Суп молочный (сладкий)	50	0,9	2,2	6,7	50,8
Чай с сахаром и лимоном	207	0,3	0,0	10,6	43,52
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8
Итого за прием пищи:	507	16,5	11,1	102,3	575,62
Обед					
Овощи по сезону (помидор свежий)	60	0,7	0,1	2,3	12,8
Суп из овощей	200	1,4	4,0	8,9	74
Котлеты рыбные (минтай)	90	12,2	8,2	14,3	179,8
Каша пшеничная с овощами	150	5,5	6,7	27,1	190,99
Компот из свежих плодов	200	0,2	0,1	10,2	42,5
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8
Хлеб пеклеванный	50	3,2	0,4	20,6	98,9
Итого за прием пищи:	800	27,0	19,8	107,7	713,79
Всего за день:		43,5	30,9	210,0	1289,41

Повар: Калтумбасова М. Калтумбасова

УТВЕРЖДАЮ:
 Директор МКОУ
 «Раздольевская ОШ»
 А.Б. Калтумбасова

9 день МЕНЮ на 26.06 2025 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Каша молочная манная жидкая с маслом и сахаром	220	5,83	6,27	27,83	191,4
Бутерброд с повидлом	40/10/30	3,3	7,3	31,0	277,3
Чай с молоком	200	1,6	1,1	12,6	66,52
Итого за прием пищи:	500	10,7	14,7	71,4	535,22
Обед					
Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий в нарезке)	60	0,6	3,6	2,1	42,42
Суп с макаронными изделиями	200	5,1	5,8	18,5	146,42
Котлета мяскокапустная	90	11,7	13,7	12,0	180,9
Каша ячневая вязкая	150	4,8	6,2	28,0	180,6
Кисель из повидла	200	0,1	0,0	28,2	113,2
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9
Хлеб пеклеванный	50	3,2	0,4	20,6	98,9
Итого за прием пищи:	790	28,5	29,9	128,9	854,34
Всего за день:		39,2	44,6	200,3	1389,56

Повар: Калтум - М. Калтумбасова

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МКОУ
«Раздольевская ОП»
А.Б. Калтумбасова

10 день МЕНЮ на 27.06 2025 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Каша вязкая из риса и пшена Дружба с маслом	200	5,5	12,1	34,7	307
Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,5	45,6
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	10,4	42,32
Итого за прием пищи:	565	9,8	12,8	78,9	509,72
Обед					
Овощи по сезону (огурец свежий)	60	0,5	0,1	1,5	8,52
Щи из свежей капусты с картофелем	200	2,6	4,0	6,9	74
Тефтели с соусом	90/30	9,4	18,8	14,3	223,2
Макаронные изделия отварные	150	5,4	4,9	32,8	196,8
Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,0	19,8	81
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9
Хлеб пеклеванный	50	3,2	0,4	20,6	98,9
Итого за прием пищи:	820	24,6	29,5	115,4	774,32
Всего за день:		34,4	42,3	194,3	1284,04

Повар: Калтум М. Калтумбасова