

Утверждаю

Директор
МОБУ СОШ с. Табынское
Гумеров Ф.И.И



МЕНЮ

14 сентября 2023 г.

Младшие классы 1 смена

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак, полдник							
2012	308	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ С ТОМАТНЫМ СОУСОМ	100	0,7	7,3	2,6	78
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ЛУКОМ	153	8,7	9,2	37,3	269
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	200/0/7	0,1		14,9	61
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	30	3,3	0,6	16,5	114
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,6	3		38
Итого				15,4	20,1	71,3	560
Всего				15,4	20,1	71,3	560

Утверждаю



МЕНЮ

14 сентября 2023 г.

Младшие классы 2 смена

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Обед							
2011	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	100	2,1	5,1	11,3	101
2008	76	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200	1,8	4,1	12,2	98
2008	231	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	100	10	5,5	4,4	115
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	160	3,3	5,6	22,7	155
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			19,4	77
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	20	2,2	0,4	11	76
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,6	0,3	29,5	131
Итого				22	21	110,5	753
Всего				22	21	110,5	753

Утверждаю



МЕНЮ

14 сентября 2023 г.

Льготная категория 1-4 класс

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
		Завтрак, полдник					
2012	308	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ С ТОМАТНЫМ СОУСОМ	100	0,7	7,3	2,6	78
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ЛУКОМ	153	8,7	9,2	37,3	269
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	200/0/7	0,1		14,9	61
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	30	3,3	0,6	16,5	114
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,6	3		38
Итого				15,4	20,1	71,3	560
		Обед					
2011	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	100	2,1	5,1	11,3	101
2008	76	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200	1,8	4,1	12,2	98
2008	231	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	100	10	5,5	4,4	115
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	160	3,3	5,6	22,7	155
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			19,4	77
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	20	2,2	0,4	11	76
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,6	0,3	29,5	131
Итого				22	21	110,5	753
Всего				37,4	41,1	181,8	1313



МЕНЮ
14 сентября 2023 г.

Льготная категория 5-11 класс

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак, полдник							
2012	308	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ С ТОМАТНЫМ СОУСОМ	100	0,7	7,4	2,7	79
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ЛУКОМ	183	10,4	11	44,8	322
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	200/0/7	0,1		14,9	61
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	50	5,5	1	27,5	190
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,6	3		38
Итого				19,3	22,4	89,9	690
Обед							
2011	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	100	2,1	5,1	11,3	101
2008	76	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200	1,8	4,1	12,2	98
2008	231	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	100	10	5,5	4,4	115
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	160	3,3	5,6	22,7	155
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			19,4	77
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	20	2,2	0,4	11	76
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,6	0,3	29,5	131
Итого				22	21	110,5	753
Всего				41,3	43,4	200,4	1443

Утверждаю

Директор
МОБУ СОШ с. Табынское
Гумеров Ф.И.



МЕНЮ

14 сентября 2023 г.

ММС 5-11 класс

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
		Завтрак, полдник					
2012	308	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ С ТОМАТНЫМ СОУСОМ	100	0,7	7,4	2,7	79
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ЛУКОМ	183	10,4	11	44,8	322
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	200/0/7	0,1		14,9	61
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	50	5,5	1	27,5	190
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,6	3		38
Итого				19,3	22,4	89,9	690
Всего				19,3	22,4	89,9	690

Утверждаю

Директор
МОБУ СОШ с. Табынское
Гумеров Ф.И.



МЕНЮ

14 сентября 2023 г.

Родительский взнос, сотрудники

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак, полдник							
2012	308	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ С ТОМАТНЫМ СОУСОМ	100	0,7	7,4	2,7	79
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ЛУКОМ	183	10,4	11	44,8	322
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	50	5,5	1	27,5	190
Итого				16,7	19,4	84,9	631
Всего				16,7	19,4	84,9	631