

Утверждаю



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

## МЕНЮ

4 октября 2023 г.

### Льготная категория 1-4 класс

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак, полдник</b>							
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С ТОАТНЫМ СОУСОМ	100	0,6	6,6	2,6	72
2011	202.1	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150/0/5	5,3	6,2	36,7	226
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3,9	4,6		56
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ ДЛЯ	30	3,3	0,6	16,5	114
<b>Итого</b>				<b>13,2</b>	<b>18</b>	<b>65,7</b>	<b>508</b>
<b>Обед</b>							
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГЕНКАМИ	250/0/20	6,2	4,3	24,9	189
2008	272	КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ С ТОМАТНЫМ СОУСОМ	100	0,7	7,4	2,8	79
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,8	6,3	25,6	174
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ ДЛЯ	20	2,2	0,4	11	76
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,6	0,3	29,5	131
<b>Итого</b>				<b>15,6</b>	<b>18,7</b>	<b>103,7</b>	<b>689</b>
<b>Всего</b>				<b>28,8</b>	<b>36,7</b>	<b>169,4</b>	<b>1197</b>

Утверждаю



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

## МЕНЮ

4 октября 2023 г.

### Льготная категория 5-11 класс

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак, полдник</b>							
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С ТОМАТНЫМ СОУСОМ	100	0,6	6,6	2,6	72
2011	202.1	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	180	6,2	7,2	42,6	263
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3,9	4,6		56
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ ДЛЯ	50	5,5	1	27,5	190
<b>Итого</b>				<b>16,3</b>	<b>19,4</b>	<b>82,6</b>	<b>621</b>
<b>Обед</b>							
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГЕНКАМИ	250/0/20	6,2	4,3	24,9	189
2008	272	КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ С ТОМАТНЫМ СОУСОМ	100	0,7	7,4	2,9	80
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,8	6,3	25,6	174
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ ДЛЯ	20	2,2	0,4	11	76
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,6	0,3	29,5	131
<b>Итого</b>				<b>15,6</b>	<b>18,7</b>	<b>103,8</b>	<b>690</b>
<b>Всего</b>				<b>31,9</b>	<b>38,1</b>	<b>186,4</b>	<b>1311</b>

Утверждаю



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

# МЕНЮ

4 октября 2023 г.

## Младшие классы 1 смена

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак, полдник</b>							
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С ТОАТНЫМ СОУСОМ	100	11,2	8,5	10,2	162
2011	202.1	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150/0/5	5,3	6,2	36,7	226
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3,9	4,6		56
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	30	3,3	0,6	16,5	114
<b>Итого</b>				<b>23,8</b>	<b>19,9</b>	<b>73,3</b>	<b>598</b>
<b>Всего</b>				<b>23,8</b>	<b>19,9</b>	<b>73,3</b>	<b>598</b>

Утверждаю



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

# МЕНЮ

4 октября 2023 г.

## Младшие классы 2 смена

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Обед</b>							
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГЕНКАМИ	250/0/20	6,2	4,3	24,9	189
2008	272	КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ С ТОМАТНЫМ СОУСОМ	100	7,5	7,7	6,3	125
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,8	6,3	25,6	174
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ ДЛЯ ПЕТСКОГО ПИТАНИЯ	20	2,2	0,4	11	76
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,6	0,3	29,5	131
<b>Итого</b>				<b>22,4</b>	<b>19</b>	<b>107,2</b>	<b>735</b>
<b>Всего</b>				<b>22,4</b>	<b>19</b>	<b>107,2</b>	<b>735</b>

Утверждаю



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

# МЕНЮ

4 октября 2023 г.

## ММС 5-11 класс

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Обед</b>							
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГЕНКАМИ	250/0/20	6,2	4,3	24,9	189
2008	272	КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ С ТОМАТНЫМ СОУСОМ	100	0,8	7,5	2,9	81
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,8	6,3	25,6	174
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ ДЛЯ ДЕТОКОВОГО ВИТАМИНА	20	2,2	0,4	11	76
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,6	0,3	29,5	131
<b>Итого</b>				<b>15,7</b>	<b>18,8</b>	<b>103,8</b>	<b>691</b>
<b>Всего</b>				<b>15,7</b>	<b>18,8</b>	<b>103,8</b>	<b>691</b>

Утверждаю



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

## МЕНЮ

4 октября 2023 г.

### Родительский взнос, сотрудники

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Обед</b>							
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГЕНКАМИ	250/0/20	6,2	4,3	24,9	189
2008	272	КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ С ТОМАТНЫМ СОУСОМ	100	0,8	7,5	2,9	81
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,8	6,3	25,6	174
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
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
<b>Итого</b>				<b>15,7</b>	<b>18,8</b>	<b>103,8</b>	<b>691</b>
<b>Всего</b>				<b>15,7</b>	<b>18,8</b>	<b>103,8</b>	<b>691</b>