

Утверждаю



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

МЕНЮ

10 октября 2023 г.

Льготная категория 1-4 класс

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак, полдник							
2008	284	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ И СОУСОМ	90	9,5	10,4	6,8	159
2011	171.4	КАША РАССЫПЧАТАЯ ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	130/0/5	5,6	4,7	33,4	198
2008	430	ЧАЙ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	200	0,1		9,6	39
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	30	3,3	0,6	16,5	114
2008		ЙОГУРТ ДЕТСКИЙ С КЛУБНИКОЙ	100	2,9	2,5	12,6	84
Итого				21,4	18,2	78,9	594
Обед							
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	100	1,5	6,1	8,2	93
2008	90	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ	200	2,6	3,4	11,4	87
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	170	10,4	13	19,2	239
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
Итого				19,4	23,2	89,2	666
Всего				40,8	41,4	168,1	1260

Утверждаю



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

МЕНЮ

10 октября 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							
2008	284	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ И СОУСОМ	90	9,5	10,4	6,8	159
2011	171.4	КАША РАССЫПЧАТАЯ ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	130/0/5	5,6	4,7	33,4	198
2008	430	ЧАЙ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	200	0,1		9,6	39
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	30	3,3	0,6	16,5	114
2008		ЙОГУРТ ДЕТСКИЙ С КЛУБНИКОЙ	100	2,9	2,5	12,6	84
Итого				21,4	18,2	78,9	594
Обед							
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	100	1,5	6,1	8,2	93
2008	90	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ	250	3,3	4,3	14,3	109
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	170	10,4	13	19,2	239
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	50	5,5	1	27,5	190
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,6	0,3	29,5	131
Итого				23,4	24,7	108,6	802
Всего				44,8	42,9	187,5	1396

Утверждаю



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

МЕНЮ

10 октября 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							
2008	284	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ И СОУСОМ	90	9,5	10,4	6,8	159
2011	171.4	КАША РАССЫПЧАТАЯ ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	130/0/5	5,6	4,7	33,4	198
2008	430	ЧАЙ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	200	0,1		9,6	39
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	30	3,3	0,6	16,5	114
2008		ЙОГУРТ ДЕТСКИЙ С КЛУБНИКОЙ	100	3	3	13	84
Итого				21,5	18,7	79,3	594
Всего				21,5	18,7	79,3	594

Утверждаю



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

МЕНЮ

10 октября 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							
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	100	1,5	6,1	8,2	93
2008	90	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ	200	2,6	3,4	11,4	87
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	170	10,4	13	19,2	239
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	20	2,2	0,4	11	76
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,6	0,3	29,5	131
Итого				19,4	23,2	89,2	666
Всего				19,4	23,2	89,2	666

Утверждаю



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

МЕНЮ

10 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	
Обед							
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	100	1,5	6,1	8,2	93
2008	90	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ	250	3,3	4,3	14,3	109
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	170	10,4	13	19,2	239
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	50	5,5	1	27,5	190
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,6	0,3	29,5	131
Итого				23,4	24,7	108,6	802
Всего				23,4	24,7	108,6	802

Утверждаю



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

МЕНЮ

10 октября 2023 г.

Родительский взнос, сотрудники

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед							
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	100	1,5	6,1	8,2	93
2008	90	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ	250	3,3	4,3	14,3	109
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	170	10,4	13	19,2	239
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
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,6	0,3	29,5	131
Итого				23,4	24,7	108,6	802
Всего				23,4	24,7	108,6	802