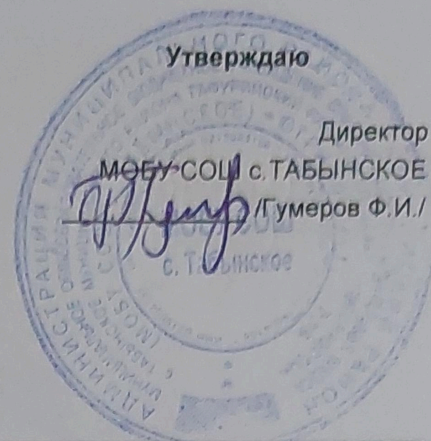


# МЕНЮ

26 октября 2023 г.

Льготная категория 1-4 класс



| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                         | Выход   | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|---------------------|------------------------------------------------------------|---------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|
|                               |                     |                                                            |         | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>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                                     |



Утверждаю

Директор

МОБУ СОШ с. ТАБЫНСКОЕ

Гумеров Ф.И./

# МЕНЮ

26 октября 2023 г.

Льготная категория 5-11 класс

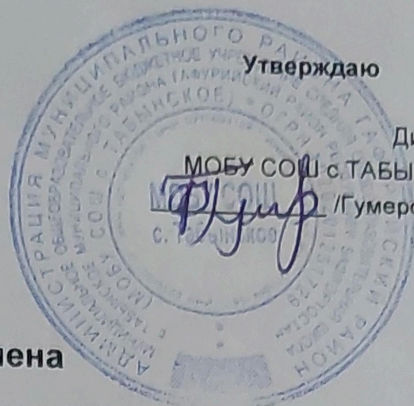
| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                         | Выход   | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|---------------------|------------------------------------------------------------|---------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|
|                               |                     |                                                            |         | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>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                                     |



# МЕНЮ

26 октября 2023 г.

Младшие классы 1 смена



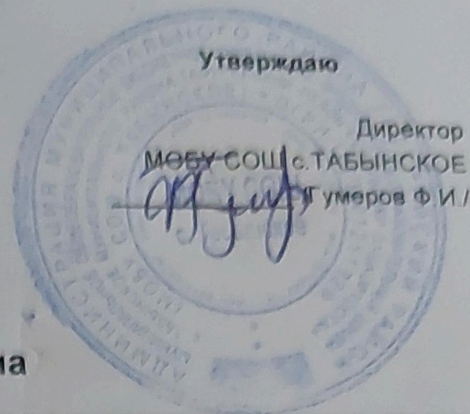
| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                         | Выход   | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|---------------------|------------------------------------------------------------|---------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|
|                               |                     |                                                            |         | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>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                                      |



# МЕНЮ

26 октября 2023 г.

Младшие классы 2 смена



| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                            | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|---------------------|---------------------------------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|
|                               |                     |                                                               |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |
| Обед                          |                     |                                                               |       |                   |         |                  |                                          |
| 2011                          | 45                  | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С<br>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<br>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

Директор

МОБУ СОШ с. ТАБЫНСКОЕ

/Гумеров Ф.И./

# МЕНЮ

26 октября 2023 г.

ММС 5-11 класс

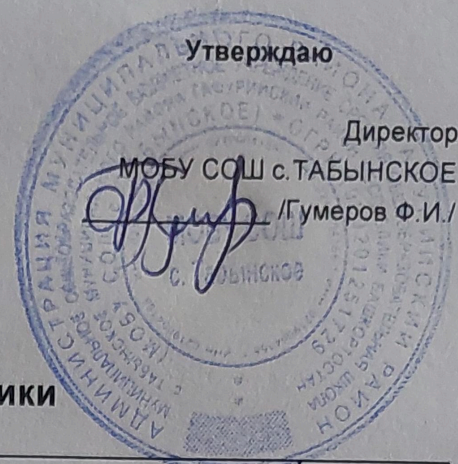
| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                            | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|---------------------|---------------------------------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|
|                               |                     |                                                               |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |
| Обед                          |                     |                                                               |       |                   |         |                  |                                          |
| 2011                          | 45                  | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С<br>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<br>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                                      |



# МЕНЮ

26 октября 2023 г.

## Родительский взнос, сотрудники



| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                            | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|---------------------|---------------------------------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|
|                               |                     |                                                               |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |
| Обед                          |                     |                                                               |       |                   |         |                  |                                          |
| 2011                          | 45                  | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С<br>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<br>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                                      |