

Утверждаю



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

## МЕНЮ

7 декабря 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	
<b>Завтрак, полдник</b>							
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ	150/0/40	29,2	12,1	29,1	342
2011	378	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	1,4	1,5	15,4	80
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	3,3	0,6	16,5	114
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
2012	489	КЕКС ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	28				
<b>Итого</b>				<b>34,3</b>	<b>14,6</b>	<b>70,8</b>	<b>583</b>
<b>Обед</b>							
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО	200/0/5	1,4	4,8	9,3	94
2008	284	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ И	90	9,5	10,4	6,8	159
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С	150/0/5	8,4	6,2	40,6	261
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ	200			19,4	77
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	2,2	0,4	11	76
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,6	0,3	29,5	131
<b>Итого</b>				<b>24,1</b>	<b>22,1</b>	<b>116,6</b>	<b>798</b>
<b>Всего</b>				<b>58,4</b>	<b>36,7</b>	<b>187,4</b>	<b>1381</b>

Утверждаю



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

## МЕНЮ

7 декабря 2023 г.

### Льготная категория 5-11 класс

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак, полдник</b>							
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ	150/0/40	29,2	12,1	29,1	342
2011	378	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	1,4	1,5	15,4	80
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	60	6,6	1,2	33	228
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
<b>Итого</b>				<b>37,6</b>	<b>15,2</b>	<b>87,3</b>	<b>697</b>
<b>Обед</b>							
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО	250/0/10	1,6	5,9	11,3	114
2008	284	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ И	90	9,5	10,4	6,8	159
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С	165/0/5	9	6,6	43,3	277
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ	200			19,4	77
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	5,5	1	27,5	190
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,6	0,3	29,5	131
<b>Итого</b>				<b>28,2</b>	<b>24,2</b>	<b>137,8</b>	<b>948</b>
<b>Всего</b>				<b>65,8</b>	<b>39,4</b>	<b>225,1</b>	<b>1645</b>

Утверждаю



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

## МЕНЮ

7 декабря 2023 г.

### Младшие классы 1 смена

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак, полдник</b>							
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ	150/0/40	29,2	12,1	29,1	342
2011	378	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	1,4	1,5	15,4	80
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	3,3	0,6	16,5	114
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
2012	489	КЕКС ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	28				
<b>Итого</b>				<b>34,3</b>	<b>14,6</b>	<b>70,8</b>	<b>583</b>
<b>Всего</b>				<b>34,3</b>	<b>14,6</b>	<b>70,8</b>	<b>583</b>

Утверждаю



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

## МЕНЮ

7 декабря 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	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО	200/0/5	1,4	4,8	9,3	94
2008	284	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ И	90	9,5	10,4	6,8	159
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С	150/0/5	8,4	6,2	40,6	261
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ	200			19,4	77
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	2,2	0,4	11	76
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,6	0,3	29,5	131
2012	489	КЕКС ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	28				
<b>Итого</b>				<b>24,1</b>	<b>22,1</b>	<b>116,6</b>	<b>798</b>
<b>Всего</b>				<b>24,1</b>	<b>22,1</b>	<b>116,6</b>	<b>798</b>

Утверждаю



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

## МЕНЮ

7 декабря 2023 г.

ММС 5-11 класс

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Обед</b>							
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО	250/0/10	1,6	5,9	11,3	114
2008	284	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ И	90	9,5	10,4	6,8	159
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С	165/0/5	9	6,6	43,3	277
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ	200			19,4	77
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	5,5	1	27,5	190
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,6	0,3	29,5	131
<b>Итого</b>				<b>28,2</b>	<b>24,2</b>	<b>137,8</b>	<b>948</b>
<b>Всего</b>				<b>28,2</b>	<b>24,2</b>	<b>137,8</b>	<b>948</b>

Утверждаю



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

## МЕНЮ

7 декабря 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	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО	250/0/10	1,6	5,9	11,3	114
2008	284	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ И	90	9,5	10,4	6,8	159
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С	165/0/5	9	6,6	43,3	277
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ	200			19,4	77
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	5,5	1	27,5	190
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,6	0,3	29,5	131
<b>Итого</b>				<b>28,2</b>	<b>24,2</b>	<b>137,8</b>	<b>948</b>
<b>Всего</b>				<b>28,2</b>	<b>24,2</b>	<b>137,8</b>	<b>948</b>