

Утверждаю

Директор

МОБУ СОШ с. Табынское

/Гумеров Ф.И./



## МЕНЮ

24 января 2024 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      | 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>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 ДЕТСКОГО 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>46,2</b>       | <b>38,9</b> | <b>180,5</b> | <b>1333</b>                   |

Утверждаю

Директор

МОБУ СОШ с. Табынское

/Гумеров Ф.И./



## МЕНЮ

24 января 2024 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 ТОАТНЫМ 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 ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ | 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 ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ | 20       | 2,2               | 0,4         | 11           | 76                            |
| 2008                    |               | ХЛЕБ РЖАНОЙ  | 30       | 2,6               | 0,3         | 29,5         | 131                           |
| <b>Итого</b>            |               |  |          | <b>15,6</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

24 января 2024 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     | 0,7               | 6,7         | 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 ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ | 30      | 3,3               | 0,6         | 16,5        | 114                           |
| <b>Итого</b>            |               |  |         | <b>13,3</b>       | <b>18,1</b> | <b>65,7</b> | <b>508</b>                    |
| <b>Всего</b>            |               |  |         | <b>13,3</b>       | <b>18,1</b> | <b>65,7</b> | <b>508</b>                    |

Утверждаю

Директор

МОБУ СОШ с. Табынское

/Гумеров Ф.И./



## МЕНЮ

24 января 2024 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 ДЕТСКОГО 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

24 января 2024 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 |                                |
| <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>                     |

Утверждаю

Директор

МОБУ СОШ с. Табынское

/Гумеров Ф.И./



## МЕНЮ

24 января 2024 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 |                                |
| <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>                     |