

Утверждаю



директор

МОБУ ООШ С.Курорта

/Пестрякова И.А./

МЕНЮ

27 сентября 2022 г.

Льготная категория 1-4 класс

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	30	0,5	2,9	2,2	37
2012	308	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ	60		3,8		34
2008	324	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	130	1,9	3,8	22,2	131
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	40	4,4	0,8	22	152
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого				7,3	11,7	66,1	441
Обед							
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	50	0,7	4,2	4,2	58
2008	106	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ	200	17,7	8,6	14,8	210
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150/0/30	10,9	13,7	20,4	253
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	35	3,9	0,7	19,3	133
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	35	3	0,3	34,4	152
Итого				36,3	27,5	103	846
Всего				43,6	39,2	169,1	1287

Утверждаю



директор

МОБУ ООШ С.Курорта

/Пестрякова И.А./

МЕНЮ

27 сентября 2022 г.

Льготная категория 5-11 класс

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	30	0,5	2,9	2,2	37
2012	308	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ	60		3,8		34
2008	324	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	130	1,9	3,8	22,2	131
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ ДЛЯ ДЕТСКОГО	40	4,4	0,8	22	152
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого				7,3	11,7	66,1	441
Обед							
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	50	0,7	4,2	4,2	58
2008	106	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ	250	22,2	10,9	18,4	262
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	170/0/30	12,2	15,1	22,5	281
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ ДЛЯ ДЕТСКОГО	50	5,5	1	27,5	190
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	50	4,3	0,4	49,2	218
Итого				45	31,6	131,7	1049
Всего				52,3	43,3	197,8	1490

Утверждаю



директор

МОБУ ООШ С.Курорта

/Пестрякова И.А./

МЕНЮ

27 сентября 2022 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							
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	30	0,5	2,9	2,2	37
2012	308	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ	60		3,8		34
2008	324	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	130	1,9	3,8	22,2	131
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ ДЛЯ ДЕТСКОГО	40	4,4	0,8	22	152
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого				7,3	11,7	66,1	441
Всего				7,3	11,7	66,1	441

Утверждаю



директор

МОБУ ООШ С.Курорта

/Пестрякова И.А./

МЕНЮ

27 сентября 2022 г.

Сад 10 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,5	2,9		36	
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ РИСОВОЙ	150	2,7	3,4	11,1	86	
ЧАЙ С САХАРОМ	160	0,1		7,9	32	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ ДЛЯ ДЕТСКОГО	30	3,3	0,6	16,5	114	
Итого			8,6	6,9	35,5	268
II Завтрак						
КОМПОТ ИЗ ЯГОД С ВИТАМИНОМ С	150			8,7	35	
Итого					8,7	35
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	30	0,4	2,5	2,5	34	
СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ	150	13,3	6,5	11	157	
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	130	7,8	9,9	14,7	183	
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		7,4	30	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ ДЛЯ ДЕТСКОГО	25	2,8	0,5	13,8	95	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	25	2,1	0,2	24,6	109	
Итого			26,5	19,6	74	608
Полдник						
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	100	5,1	2,5	30	163	
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		7,4	30	
Итого			5,2	2,5	37,4	193
Всего			40,3	29	155,6	1104

Утверждаю



директор

МОБУ ООШ С.Курорта

/Пестрякова И.А./

МЕНЮ

27 сентября 2022 г.

Родительский взнос, сотрудники

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	40	0,7	3,9	2,9	49
2012	308	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ	60		3,8		34
2008	324	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	200	2,9	5,8	33,7	198
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ ДЛЯ ДЕТСКОГО	50	5,5	1	27,5	190
Итого				9,2	14,5	74	511
Всего				9,2	14,5	74	511