

Утверждаю



директор

МОБУ ООШ С.Курорта

Пестрякова И.А./

МЕНЮ

30 сентября 2022 г.

Льготная категория 1-4 класс

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак							
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	160	3,8	6,7	22,3	166
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	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	200				
Итого				8,3	7,5	54,2	358
Обед							
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200/0/5	1,5	4,8	7,4	85
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	30	0,5	2,9	2,2	37
2012	308	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ	60		3,8		34
2011	199	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ С МАСЛОМ	150/0/5	15	5,5	32,2	266
2011	375	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОПЛОДНОЙ РЯБИНЫ С ЯБЛОКАМИ С ВИТ С	200	0,4	0,1	15,7	67
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				24,3	18,1	111,2	774
Всего				32,6	25,6	165,4	1132

Утверждаю



директор

МОБУ ООШ С.Курорта

/Пестрякова И.А./

МЕНЮ

30 сентября 2022 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							
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С	160	3,8	6,7	22,3	166
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	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	200				
Итого				8,3	7,5	54,2	358
Обед							
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250/0/5	1,9	5,7	8,8	101
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	30	0,5	2,9	2,2	37
2012	308	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ	60		3,8		34
2011	199	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ С МАСЛОМ	150/0/5	14,2	5,2	30,3	250
2011	375	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОПЛОДНОЙ РЯБИНЫ С	200	0,4	0,1	15,7	67
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				26,8	19,1	133,7	897
Всего				35,1	26,6	187,9	1255

Утверждаю



директор

МОБУ ООШ С.Курорта

/Пестрякова И.А./

МЕНЮ

30 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	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С	160	3,8	6,7	22,3	166
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	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	200				
Итого				8,3	7,5	54,2	358
Всего				8,3	7,5	54,2	358

Утверждаю



директор

МОБУ ООШ С.Курорта

/Пестрякова И.А./

МЕНЮ

30 сентября 2022 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	
Завтрак							
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С	200	4,7	8,5	28	208
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	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	200				
Итого				10,3	9,5	65,4	438
Всего				10,3	9,5	65,4	438

Утверждаю



директор

МОБУ ООШ С.Курорта

/Пестрякова И.А./

МЕНЮ

30 сентября 2022 г.

Сад 10 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак							
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,6	3		38
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С	160	3,8	6,7	22,3	166
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		7,4	30
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ ДЛЯ ДЕТСКОГО	30	3,3	0,6	16,5	114
Итого				9,8	10,3	46,2	348
II Завтрак							
2011	375	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОПЛОДНОЙ РЯБИНЫ С	150	0,3	0,1	11,8	50
Итого				0,3	0,1	11,8	50
Обед							
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	30	0,4		3,4	16
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	150/0/5	1,2	3,5	5,4	62
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	30	0,5	2,9	2,2	37
2012	308	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ	30		1,9		18
2011	199	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ С МАСЛОМ	130/0/5	12,6	4,7	27,1	223
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		7,4	30
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ ДЛЯ ДЕТСКОГО	25	2,8	0,5	13,8	95
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	25	2,1	0,2	24,6	109
Итого				19,7	13,7	83,9	590
Полдник							
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150/4/4	4	6	19,6	151
2011	378	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	1,3	1,3	10,2	58
2011	424	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,9	6,5	29,9	193
Итого				9,2	13,8	59,7	402
Всего				39	37,9	201,6	1390

Утверждаю



директор

МОБУ ООШ С.Курорта

/Пестрякова И.А./

МЕНЮ

30 сентября 2022 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	
Завтрак							
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С	200	4,7	8,5	28	208
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	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	200				
Итого				10,3	9,5	65,4	438
Всего				10,3	9,5	65,4	438