

Утверждаю



директор

МОБУ ООШ С.Курорта

Пестрякова И.А./

МЕНЮ

7 октября 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	190	КАША "ДРУЖБА"	185/5/5	4,7	7,6	26,3	197
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	200/0/5	0,2		10,1	42
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ ДЛЯ ДЕТСКОГО	50	5,5	1	27,5	190
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	200				
Итого				10,4	8,6	63,9	429
Обед							
2008	106	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ	250	22,2	10,9	18,4	262
2008	307	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	60	14,8	15	0,1	195
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	200/0/5	2,9	4,9	19,6	134
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ ДЛЯ ДЕТСКОГО	45	5	0,9	24,8	171
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	40	3,4	0,3	39,3	174
Итого				48,4	32	112,1	976
Всего				58,8	40,6	176	1405

Утверждаю



директор

МОБУ ООШ С.Курорта

/Пестрякова И.А./

МЕНЮ

7 октября 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	190	КАША "ДРУЖБА"	150/5/5	4	6,5	22,6	170
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	200/0/5	0,2		10,1	42
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ ДЛЯ ДЕТСКОГО	45	5	0,9	24,8	171
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	200				
Итого				9,2	7,4	57,5	383
Всего				9,2	7,4	57,5	383

Утверждаю



директор

МОБУ ООШ С.Курорта

/Пестрякова И.А./

МЕНЮ

7 октября 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	190	КАША "ДРУЖБА"	185/5/5	4,7	7,6	26,3	197
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	200/0/5	0,2		10,1	42
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ ДЛЯ ДЕТСКОГО	50	5,5	1	27,5	190
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	200				
Итого				10,4	8,6	63,9	429
Всего				10,4	8,6	63,9	429

МОБУ ООШ № 1
г. Турция

МОБУ ООШ С.Курорта

/Пестрякова И.А./

7 октября 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	190	КАША "ДРУЖБА"	150/5/5	4	6,5	22,6	170
2011	378	ЧАЙ С МОЛОКОМ	160	1,4	1,4	10,8	62
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	30	3,3	0,6	16,5	114
Итого				8,7	8,5	49,9	346
II Завтрак							
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С	150			11	44
Итого						11	44
Обед							
2011	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	30	0,4	1,5	2,8	27
2008	106	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ	150	13,3	6,5	11	157
2008	307	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	60	14,8	15	0,1	195
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,7	4,5	18,5	126
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		7,4	30
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	25	2,8	0,5	13,8	95
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	25	2,1	0,2	24,6	109
Итого				36,2	28,2	78,2	739
Полдник							
2008	184	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150/3/3	4,2	5	20,5	148
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		7,4	30
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,3	0,6	16,5	114
Итого				7,6	5,6	44,4	292
Всего				52,5	42,3	183,5	1421

Утверждаю



директор

МОБУ ООШ С.Курорта

/Пестрякова И.А./

МЕНЮ

7 октября 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	190	КАША "ДРУЖБА"	185/5/5	4,7	7,6	26,3	197
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	200/0/5	0,2		10,1	42
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ ДЛЯ ДЕТСКОГО	50	5,5	1	27,5	190
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	200				
Итого				10,4	8,6	63,9	429
Всего				10,4	8,6	63,9	429