

Утверждаю



директор

МОБУ ООШ С.Курорта

И.А. Пестрякова

МЕНЮ

21 ноября 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	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	40	0,7	3,9	2,9	49
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	60		3,1		28
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	155/0/5	5,3	6,6	36,5	230
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	50	5,5	1	27,5	190
Итого				11,6	14,6	76,8	537
Обед							
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГРЕНКАМИ	230/0/10	2,9	2,6	20,9	127
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	180	16,2	21,2	49	455
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		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	40	3,4	0,3	39,3	174
Итого				27	24,9	141,1	948
Всего				38,6	39,5	217,9	1485

Утверждаю



директор

МОБУ ООШ С.Курорта

Пестрякова И.А./

МЕНЮ

21 ноября 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	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	40	0,7	3,9	2,9	49
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	60		3,1		28
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С	185/0/5	6,1	7,7	42,2	266
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ ДЛЯ ДЕТСКОГО	60	6,6	1,2	33	228
Итого				13,5	15,9	88	611
Обед							
2008	41	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1-ЫЙ	60	0,7	2,9	5,4	51
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГРЕНКАМИ	250/0/10	3,1	2,7	21,8	133
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	180	16,2	21,2	49	455
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				29,9	28,2	162,8	1087
Всего				43,4	44,1	250,8	1698

Утверждаю



директор

МОБУ ООШ С.Курорта

/Пестрякова И.А./

МЕНЮ

21 ноября 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	40	0,7	3,9	2,9	49
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	60		3,1		28
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С	155/0/5	5,3	6,6	36,5	230
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		АПЕЛЬСИН	280	1,7	0,4	15,2	81
Итого				13,3	15	92	618
Всего				13,3	15	92	618

Утверждаю



директор

МОБУ ООШ С.Курорта

/Пестрякова И.А./

МЕНЮ

21 ноября 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	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	40	0,7	3,9	2,9	49
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	60		3,1		28
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С	185/0/5	6,1	7,7	42,2	266
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ ДЛЯ ДЕТСКОГО	60	6,6	1,2	33	228
Итого				13,5	15,9	88	611
Всего				13,5	15,9	88	611

Утверждаю



директор

МОБУ ООШ С.Курорта

/Пестрякова И.А./

МЕНЮ

21 ноября 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							
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С	155/0/5	5,3	6,6	36,5	230
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	160	0,1		7,9	32
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ ДЛЯ ДЕТСКОГО	30	3,3	0,6	16,5	114
Итого				8,7	7,2	60,9	376
II Завтрак							
2008	411	КИСЕЛЬ	150	0,1	0,1	20,9	85
Итого				0,1	0,1	20,9	85
Обед							
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	30	0,4		3,4	16
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГРЕНКАМИ	150/0/5	2	1,6	13	79
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	130	11,7	15,3	35,4	329
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				19,1	17,6	97,6	658
Полдник							
2018	195	КАША "АРТЕК" МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	150/5/5	6,4	5,5	31,8	198
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		7,4	30
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,3	0,6	16,5	114
Итого				9,8	6,1	55,7	342
Всего				37,7	31	235,1	1461