



МЕНЮ

11 сентября 2023 г.

12 лет и старше НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 6

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------|---------------|---|-------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | | |
| | | КАША МОЛОЧНАЯ ДРУЖБА С С/М | 150 | 3,6 | 6,5 | 19,7 | 154 |
| 2011 | 1 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ С СЫРОМ | 80 | 10,6 | 17,6 | 18,6 | 278 |
| 2008 | 432 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 200 | 3,6 | 3,1 | 28,2 | 156 |
| 2008 | | ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ | 40 | 3,4 | 0,6 | 19,3 | 94 |
| Итого | | | | 21,2 | 27,8 | 85,8 | 682 |
| Обед | | | | | | | |
| 2008 | 19 | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ | 60 | 0,5 | 1,9 | 1,5 | 24 |
| 2011 | 117 | СУП С КРУПОЙ И МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ | 250 | 11,4 | 13,1 | 9,3 | 201 |
| 2008 | 335 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 200 | 4,5 | 9,2 | 31,1 | 226 |
| 2011 | 288 | ПТИЦА ОТВАРНАЯ | 100 | 45 | 45,5 | 0,3 | 590 |
| 2008 | 394 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ | 200 | 0,3 | 0,1 | 23,5 | 98 |
| 2008 | | ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ | 50 | 4,3 | 0,7 | 24,2 | 118 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 42 | 2,8 | 0,4 | 17,8 | 84 |
| 2011 | 43 | ФРУКТЫ | 100 | 0,4 | 0,3 | 10 | 46 |
| Итого | | | | 69,2 | 71,2 | 117,7 | 1387 |
| Всего | | | | 90,4 | 99 | 203,5 | 2069 |

Бухгалтер  Калугина Н.Ю.

Медицинская сестра  Казанцева Н.Г.

Повар с м/о  Мачулис О.В.



МЕНЮ

12 сентября 2023 г.

12 лет и старше НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 7

| Сбор-ник рецеп-тур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энерге-тическая ценность, ккал |
|--------------------|---------------|---------------------------|-------|-------------------|-------------|--------------|--------------------------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 2011 | 291 | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ | 210 | 40,6 | 44,2 | 36 | 704 |
| 2008 | 411 | КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ | 200 | | | 28,2 | 113 |
| 2008 | 73 | ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ | 40 | 3,3 | 0,6 | 18,7 | 91 |
| Итого | | | | 43,9 | 44,8 | 82,9 | 908 |
| Обед | | | | | | | |
| 2008 | 28 | САЛАТ "ПОЛОНЫНСКИЙ" | 100 | 1,2 | 10,1 | 4,5 | 114 |
| | | СУП ПО--ДОМАШНЕМУ С МЯСОМ | 250 | 6,2 | 8,6 | 6,6 | 130 |
| 2008 | 290 | ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ | 100 | 23 | 21,2 | 8,2 | 341 |
| 2008 | 133 | КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ | 200 | 4,5 | 13,5 | 31,4 | 267 |
| 2008 | 394 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ | 200 | 0,2 | 0,2 | 27,1 | 111 |
| 2008 | 73 | ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ | 40 | 3,3 | 0,6 | 18,7 | 91 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 60 | 4 | 0,5 | 25,4 | 121 |
| 2011 | 43 | ФРУКТЫ | 100 | 0,4 | 0,3 | 10 | 46 |
| Итого | | | | 42,8 | 55 | 131,9 | 1221 |
| Всего | | | | 86,7 | 99,8 | 214,8 | 2129 |

Бухгалтер  Калугина Н.Ю.

Медицинская сестра  Казанцева Н.Г.

Повар с м/о  Мачулис О,В,



МЕНЮ

13 сентября 2023 г.

12 лет и старше НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 8

| Сборник рецептов | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------|---------------|--|-------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 2008 | 132 | КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕНЫЙ С ЛУКОМ | 150 | 3,1 | 18,1 | 23 | 268 |
| 2008 | 231 | РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ | 100 | 13 | 8,9 | 4,6 | 150 |
| 2008 | 431 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200/7 | 0,2 | | 15 | 61 |
| 2008 | 73 | ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ | 40 | 3,3 | 0,6 | 18,7 | 91 |
| Итого | | | | 19,6 | 27,6 | 61,3 | 570 |
| Обед | | | | | | | |
| 2011 | | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКАМИ И ОГУРЦАМИ | 100 | 1,1 | 5 | 6,9 | 77 |
| 2008 | 101 | СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ | 250 | 2,8 | 2,8 | 18,7 | 111 |
| 2011 | 245 | БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА | 100 | 14,9 | 12,7 | 0,8 | 177 |
| 2008 | 371 | СОУС СМЕТАННЫЙ №371 | 30 | 0,6 | 3,4 | 1,5 | 46 |
| 2008 | 181 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 200 | 8,3 | 9,5 | 53 | 330 |
| 2008 | 73 | ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ | 40 | 3,3 | 0,6 | 18,7 | 91 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 60 | 4 | 0,5 | 25,4 | 121 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0,2 | | 15 | 61 |
| 2011 | 43 | ФРУКТЫ | 100 | 0,4 | 0,3 | 10 | 46 |
| Итого | | | | 35,6 | 34,8 | 150 | 1060 |
| Всего | | | | 55,2 | 62,4 | 211,3 | 1630 |

Бухгалтер Калугина Н.Ю.

Медицинская сестра Казанцева Н.Г.

Повар с м/о Мачулис О.В.




МЕНЮ

14 сентября 2023 г.

12 лет и старше НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 9

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------|---------------|-------------------------|-------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 2008 | 346 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ | 200 | 5,7 | 4,4 | 19,6 | 144 |
| 2008 | 283 | ТЕФТЕЛИ (1-Й ВАРИАНТ) | 100 | 10,9 | 11,1 | 15,2 | 202 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0,4 | | 15,4 | 63 |
| 2008 | | ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ | 40 | 3,4 | 0,6 | 19,3 | 94 |
| 2008 | | ПЕЧЕНЬЕ | 40 | 3 | 3,8 | 29,2 | 163 |
| Итого | | | | 23,4 | 19,9 | 98,7 | 666 |
| Обед | | | | | | | |
| 2011 | 67 | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ | 100 | 1,4 | 6,9 | 8,2 | 101 |
| 2009 | 131 | СВЕКОЛЬНИК | 220 | 1,9 | 3,7 | 14,7 | 101 |
| 2011 | 304 | РИС ОТВАРНОЙ | 200 | 3,5 | 4,5 | 37 | 203 |
| 2011 | 239 | ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ТУШЕННЫЕ | 100 | 13,1 | 3,7 | 11,7 | 132 |
| 2008 | 394 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ | 200 | 0,3 | 0,2 | 20 | 85 |
| 2008 | | ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ | 50 | 4,3 | 0,7 | 24,2 | 118 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 42 | 2,8 | 0,4 | 17,8 | 84 |
| 2011 | 43 | ФРУКТЫ | 111 | 0,3 | 0,2 | 7,5 | 34 |
| Итого | | | | 27,6 | 20,3 | 141,1 | 858 |
| Всего | | | | 51 | 40,2 | 239,8 | 1524 |

Бухгалтер  Калугина Н.Ю.

Медицинская сестра  Казанцева Н.Г.

Повар с м/о  Мачулис О.В.



директор школы
"Талицкая СОШ"
Курков Е.В./

МЕНЮ

15 сентября 2023 г.

12 лет и старше НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 10

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------|---------------|--|-------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 2011 | 204 | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ | 210 | 8,9 | 11 | 24,3 | 233 |
| 2011 | 1 | БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ | 50 | 3,2 | 9,5 | 20,1 | 178 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 200 | 3 | 3,1 | 19,6 | 119 |
| 2008 | 73 | ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ | 40 | 3,3 | 0,6 | 18,7 | 91 |
| Итого | | | | 18,4 | 24,2 | 82,7 | 621 |
| Обед | | | | | | | |
| 2008 | 25 | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ | 100 | 1,3 | 10,1 | 4,4 | 116 |
| 2008 | 76 | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ | 250 | 6,2 | 8 | 12,5 | 148 |
| 2011 | 282 | КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ С МАСЛОМ | 100 | 16,2 | 23,2 | 8,5 | 307 |
| 2008 | 335 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 200 | 4,5 | 9,2 | 31 | 225 |
| 2008 | 73 | ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ | 40 | 3,3 | 0,6 | 18,7 | 91 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 60 | 4 | 0,5 | 25,4 | 121 |
| 2008 | 394 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ | 200 | 0,2 | 0,2 | 27,1 | 111 |
| 2011 | 43 | ФРУКТЫ | 100 | 0,4 | 0,3 | 10 | 46 |
| Итого | | | | 36,1 | 52,1 | 137,6 | 1165 |
| Всего | | | | 54,5 | 76,3 | 220,3 | 1786 |

Бухгалтер  Калугина Н.Ю.

Медицинская сестра  Казанцева Н.Г.

Повар с м/о  Мачулис О.В.