Согласовано
Директор школы
МБОУ "Талинская СОШ"
/Манапбаков Е.В./

МЕНЮ

7-11 лет НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 1

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	200	4,9	8,7	26,5	205
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	40	9,5	12,2		150
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40	2,4	9,2	15,1	153
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,8	3,7	24,4	147
2008		ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	30	2,6	0,4	14,5	71
Итого				**23,2**	**34,2**	**80,5**	**726**
Обед							
к/к	к/к	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	60	1,1	3	8,2	64
2011	87	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	200	7	2,2	10,7	92
2008	271	ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕНЫЙС МАСЛОМ	90	18,5	31,2	6,1	379
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	200	7,4	7,3	45,2	276
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,2	0,2	27,1	111
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	80
2008		ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	30	2,6	0,4	14,5	71
2008		ФРУКТ	130	2,7	0,9	37,8	173
Итого				**42,1**	**45,6**	**166,6**	**1246**
Всего				**65,3**	**79,8**	**247,1**	**1972**

Бухгалтер _____ Колосовская Е.С.

Медицинская сестра _____ Федорова Р.Р.

Повар с м/о _____ Мачулис О,В,

Согласовано
Директор школы
МБОУ "Талинская СОШ"
/Манапбаков Е.В./

МЕНЮ

7-11 лет НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 2

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	0,5	0,1	1,5	8
2011	280	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ ТУШЕНЫЕ В СОУСЕ	90	13,7	14,5	6,8	211
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	30	0,2	1,8	2,1	26
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	200	10,9	7,8	66,4	380
2008		ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	30	2,6	0,4	14,5	71
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		15	61
Итого				**28,1**	**24,6**	**106,3**	**757**
Обед							
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	60	0,5	1,9	1,5	24
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА М/Б	200	2,1	3,9	8,7	79
2011	265	ПЛОВ	200	18,9	17,7	73,2	527
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,2	0,2	27,1	111
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	80
2008	73	ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	30	2,5	0,4	14,1	68
2011	43	ФРУКТ	147	1,2	0,3	10,6	56
Итого				**28**	**24,8**	**152,2**	**945**
Всего				**56,1**	**49,4**	**258,5**	**1702**

Бухгалтер _____ Колосовская Е.С.

Медицинская сестра _____ Федорова Р.Р.

Повар с м/о _____ Мачулис О,В,

Согласовано
Директор школы
МБОУ "Талинская СОШ"
/Манапников Е.В./

МЕНЮ

7-11 лет НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 3

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
		ФАСОЛЬ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	12,2	1,2	27,4	173
1997	474	КОТЛЕТА ОСОБАЯ С МАСЛОМ	90	9,4	18,2	6	224
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	6,4	5,6	40,4	237
2008	73	ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	30	2,5	0,4	14,1	68
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ С ЛИМОНОМ	200	0,3		15,2	63
Итого				**30,8**	**25,4**	**103,1**	**765**
Обед							
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	0,7	0,1	2,3	14
2009	131	СВЕКОЛЬНИК	200	1,7	3,6	13	94
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	220	23	23,6	19,4	383
2008	73	ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	30	2,5	0,4	14,1	68
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	80
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,2	0,2	27,1	111
2008		ФРУКТ	143	1,1	0,8	27,8	127
Итого				**31,8**	**29,1**	**120,7**	**877**
Всего				**62,6**	**54,5**	**223,8**	**1642**

Бухгалтер _____ Колосовская Е.С.

Медицинская сестра _____ Федорова Р.Р.

Повар с м/о _____ Мачулис О,В,

Согласовано
Директор школы
МБОУ "Талинская СОШ"
/Мальгинов Е.В./

МЕНЮ

.

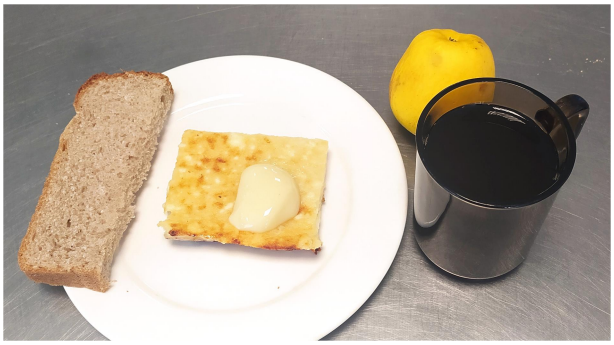
7-11 лет НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 4

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150	25,3	18,6	39	430
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	2,3	1,6	25,9	126
2008	73	ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	50	4,2	0,7	23,5	114
2011	43	ФРУКТ	150	0,5	0,5	12,7	61
Итого				**32,3**	**21,4**	**101,1**	**731**
Обед							
2008	27	САЛАТ ИЗ СЫРА, ЯБЛОК И ОГУРЦОВ	60	5,6	13	1,9	148
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ С МЯСОМ	200	7,9	6,4	14,7	148
2008	231	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	100	13	8,9	4,6	150
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,4	7	23,3	169
2008	73	ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	30	2,5	0,4	14,1	68
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	80
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,2	0,2	27,1	111
2008		ФРУКТ	143	2,4	0,5	21,7	115
Итого				**37,6**	**36,8**	**124,4**	**989**
Всего				**69,9**	**58,2**	**225,5**	**1720**

Бухгалтер _____ Колосовская Е.С.

Медицинская сестра _____ Федорова Р.Р.

Повар с м/о _____ Мачулис О,В,



Согласовано
директор школы
МБОУ "Талинская СОШ"
/Манапбаков Е.В./

МЕНЮ

7-11 лет НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 5

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	60	0,5	0,1	1	8
2008	290	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ С МАСЛОМ	90	16,9	14,7	6,1	244
2008	132	КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕНЫЙ С ЛУКОМ	150	3,1	18,1	23	268
2008	73	ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	30	2,5	0,4	14,1	68
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,3		15,2	63
Итого				**23,3**	**33,3**	**59,4**	**651**
Обед							
2011		САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКАМИ И ОГУРЦАМИ	60	0,6	3	4,1	46
2008	101	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ	200	2,3	2,3	15	89
2011	245	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ГОВЯДИНЫ	90	13,4	11,4	0,6	159
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ №371	30	0,6	3,4	1,5	46
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	6,2	7,2	39,7	248
2008	73	ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ	30	2,5	0,4	14,1	68
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	80
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		15	61
2008		ФРУКТ	143	0,7	0,5	18,5	85
Итого				**29,1**	**28,6**	**125,5**	**882**
Всего				**52,4**	**61,9**	**184,9**	**1533**

Бухгалтер _____ Колосовская Е.С.

Медицинская сестра _____ Федорова Р.Р.

Повар с м/о _____ Мачулис О,В,