

Согласовано:

Директор

МКОУ Тазовская школа-интернат

Грешан А.А.



Утверждаю:

Председатель совета

Тазовского ПО

потребительское

Ю.Я. Куцуров



Меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд на 01.05.2022

День:

воскресенье

Неделя:

первая

Сезон:

весна-лето

Возрастная категория:

7-10лет

№ по сб. рецепт	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
<b>Завтрак</b>						
№3-2004	Бутерброд с сыром	20/20	1,6	7,4	10,0	114
№1/4-2011	Суп молочный с мокоронами	200	12,7	8,3	26,0	230
№500-2013	Чай с молоком	200	1,8	1,6	16,1	86
	Хлеб Забайкальский	10	0,5	0,1	4,4	20
<b>Обед</b>						
№70-2006 Пермь	Салат из свежей моркови	80	1,0	3,3	6,6	60
№110-2004	Суп "Сливочный"	250/30	5,1	5,9	21,0	158
№464-2004	Котлета рыбная "Лада"	80	16,9	21,7	35,7	406
№224-2004	Рис отварной	150	0,2	0,0	19,6	79
№518-2013	Компот из сухофруктов +Витамин "С"	200	0,2	0,0	19,6	79
	Хлеб пшеничный	30	2,5	0,4	10,8	57
	Хлеб Забайкальский	30	1,4	0,3	13,1	61
<b>Полдник</b>						
№321-2013	Кондитерское изделие	80	3,8	7,4	35,2	223
№260-2004	Сок в ассортименте	200	5,5	5,6	10,0	112
<b>Ужин</b>						
№435-2004	Говядина тушенная с капустой	250	4,4	11,4	15,1	181
№493-2013	Чай с сахаром	200	0,6	0,4	33,0	138
	Хлеб пшеничный	30	2,5	0,4	10,8	57
	Хлеб Забайкальский	30	1,4	0,3	13,1	61
<b>Сонник</b>						
№645-1996	Кисломолочный напиток	200	5,8	6,4	18,9	156

Составил и.о. шеф-повар

Макарян С.А.

Согласовано:

Директор

МКОУ Тазовская школа-интернат

Грешан А.А.



Утверждаю:

Председатель совета

Тазовского ПО

Ю.Я. Куцуров



**Меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд на 01.05.2022**

День: воскресенье  
Неделя: первая третья  
Сезон: весна-лето  
Возрастная категория: 11-18 лет

№ по сб. рецепт	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
<b>Завтрак</b>						
№3-2004	Бутерброд с сыром	20/20	1,6	7,4	10,0	114
№1/4-2011	Суп молочный с мокоронами	200	12,7	8,3	26,0	230
№500-2013	Чай с молоком	200	1,8	1,6	16,1	86
	Хлеб Забайкальский	10	0,5	0,1	4,4	20
<b>Обед</b>						
№70-2006 Пермь	Салат из свежей моркови	100	1,0	3,3	6,6	60
№110-2004	Суп "Сливочный"	250/30	5,1	5,9	21,0	158
№464-2004	Котлета рыбная "Лада"	100	16,9	21,7	35,7	406
№224-2004	Рис отварной	180	0,2	0,0	19,6	79
№518-2013	Компот из сухофруктов +Витамин"С"	200	0,2	0,0	19,6	79
	Хлеб пшеничный	30	2,5	0,4	10,8	57
	Хлеб Забайкальский	30	1,4	0,3	13,1	61
<b>Полдник</b>						
№321-2013	Кондитерское изделие	80	3,8	7,4	35,2	223
№260-2004	Сок в ассортименте	200	5,5	5,6	10,0	112
<b>Ужин</b>						
№435-2004	Говядина тушенная с капустой	300	4,4	11,4	15,1	181
№493-2013	Чай с сахаром	200	0,6	0,4	33,0	138
	Хлеб пшеничный	30	2,5	0,4	10,8	57
	Хлеб Забайкальский	30	1,4	0,3	13,1	61
<b>Сонник</b>						
№645-1996	Кисломолочный напиток	200	5,8	6,4	18,9	156

Составил и.о. шеф-повар  Макарян С.А.

Согласовано:

Директор

МКОУ Тазовская школа-интернат

Грешан А.А.



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 02.05.2022

День: понедельник  
Неделя: первая  
Сезон: весна-лето  
Возрастная категория: 7-10лет

№ по сб. рецепт	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
<b>Завтрак</b>						
№3-2004	Бутерброд с маслом	20/10	3,7	4,5	8,2	88
№311-2004	Каша рисовая жидкая с маслом	200/5	8,5	9,1	33,0	248
№686-1996	Чай с сахаром	200	0,1	0,0	15,2	61
	Хлеб ржаной	40	3,3	0,6	14,4	76
<b>Обед</b>						
№16-2004	нарезка из свежих овощей	80	1,3	4,0	6,6	68
№129-1996	Рассольник по домашнему с мясом, сметаной	250/10/5	4,8	4,3	14,4	116
№413-2004	Колбаса, сосиска отварные с маслом	80	7,4	12,1	1,9	146
№516-2004	Макароны изделия отварные	150	4,1	3,8	33,1	183
№638-2004	Компот из кураги Витамин С	200	0,7	0,0	18,5	77
	Хлеб пшеничный	40	3,3	0,6	14,4	76
	Хлеб ржаной	40	1,9	0,4	17,5	81
<b>Полдник</b>						
№364-2004	Фрукты в ассортименте	150	12,8	11,9	25,1	259
<b>Ужин</b>						
№310-1996	Гуляш	80	13,03	7,3	4,1	135
№520-2004	гречка отварная	150	3,0	5,0	19,2	134
	Чай с сахаром	200	0,6	0,4	33,0	138
	Хлеб пшеничный	40	3,3	0,6	14,4	76
	Хлеб ржаной	40	3,3	0,6	14,4	76
<b>Сонник</b>						
№645-1996	Кисломолочный напиток	200	5,8	6,4	18,9	156

Составил и.о. шеф-повар

Макарян С.А.

Согласовано:

Директор

МКОУ Тазовская школа-интернат

Грешан А.А. 



Утверждаю:

Председатель совета

Тазовского ПО

Ю.Я. Куцуров 



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 02.05.2022

День: понедельник  
Неделя: первая  
Сезон: весна-лето  
Возрастная категория: 11-18 лет

№ по сб. рецепт	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
<b>Завтрак</b>						
№3-2004	Бутерброд с маслом	20/10	3,7	4,5	8,2	88
№311-2004	Каша рисовая жидкая с маслом	200/5	8,5	9,1	33,0	248
№686-1996	Чай с лимоном	200	0,1	0,0	15,2	61
	Хлеб ржаной	40	3,3	0,6	14,4	76
<b>Обед</b>						
№16-2004	нарезка из свежих овощей	100	1,3	4,0	6,6	68
№129-1996	Рассольник по домашнему с мясом, сметаной	250/10/5	4,8	4,3	14,4	116
№413-2004	Ссосиски, колбаса отварные с маслом	80	7,4	12,1	1,9	146
№516-2004	Макароны изделия отварные	180	4,1	3,8	33,1	183
№638-2004	Компот из кураги Витамин С	200	0,7	0,0	18,5	77
	Хлеб пшеничный	40	3,3	0,6	14,4	76
	Хлеб ржаной	40	1,9	0,4	17,5	81
<b>Полдник</b>						
№364-2004	Фрукты в ассортименте	150	12,8	11,9	25,1	259
<b>Ужин</b>						
№310-1996	Гуляш	100	13,03	7,3	4,1	135
№520-2004	Гречка отварная	180	3,0	5,0	19,2	134
	Чай с сахаром	200	0,6	0,4	33,0	138
	Хлеб пшеничный	40	3,3	0,6	14,4	76
	Хлеб ржаной	40	3,3	0,6	14,4	76
<b>Сонник</b>						
№645-1996	Кисломолочный напиток	200	5,8	6,4	18,9	156

Составил и.о. шеф-повар  Макарян С.А.

Согласовано:

Директор

МКОУ Тазовская школа-интернат

Грешан А.А.



Утверждаю:  
Председатель совета  
Тазовского ПО  
Ю.Я. Куцуров

Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 03.05.2022

День:

вторник

Неделя:

первая

Сезон:

весна-лето

Возрастная категория:

11-18лет

№ по сб. рецеп	Наименование блюда	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
<b>Завтрак</b>						
№ 1-3-2004	Бутерброд с джемом	20/5/15	4,8	8,5	8,4	129
№160-2004	каша манная	250	7,2	6,5	26,5	193
№686-2004	Чай с сахаром	200/5	0,1	0,0	15,2	61
	Хлеб пшеничный	15	1,2	0,2	5,4	28
	Хлеб ржаной	20	0,9	0,2	8,7	41
<b>Обед</b>						
№16-2004	помидоры консервированный	100	1,3	4,0	6,6	68
№63-2001	Рассольник ленинградский со сметаной	250/20	6,2	8,2	18,4	172
№494-2004	сосиски.колбаса отварные	100	13,3	11,0	0,0	185
№520-2004	Макаронные изделия отварные с маслом	180	3,0	5,0	19,2	134
№638-1996	Компот из сухофруктов +витамин С	200	0,7	0,0	18,5	77
	Хлеб пшеничный	30	2,5	0,4	10,8	57
	Хлеб ржаной	30	1,4	0,3	13,1	61
<b>полдник</b>						
	Фрукты в ассортименте	150				

Составил и.о. шеф-повар

Макарян С.А.

Согласовано:

Директор

МКОУ Тазовская школа-интернат

Грешан А.А.



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 03.05.2022

День:

вторник

Неделя:

первая

Сезон:

весна - лето

Возрастная категория:

7-10 лет

№ по сб. рецеп	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
<b>Завтрак</b>						
№1-2004	Бутерброд с джемом	20/10	1,6	7,4	10,0	114
№311-2004	Суп молочный с вермишелью	200/5	7,8	8,1	22,6	195
№642-1996	Чай с сахаром	200	3,9	3,7	19,4	127
	Хлеб ржаной	15	0,7	0,2	6,6	30
<b>Обед</b>						
№19-2004	Помидоры консервированные	80	0,4	4,2	3,4	53
№142-2004	Суп с рыбными фрикадельками	250/30	7,5	6,6	15,2	150
ТТК	Биточек Солнечный	80/5	15,0	11,4	9,4	201
№512-2004	Рис отварной	150	3,7	3,6	34,1	184
№357-2002	Компот из сухофруктов	200	1,0	0,0	17,3	70
	Хлеб пшеничный	30	2,5	0,4	10,8	57
	Хлеб ржаной	30	1,4	0,3	13,1	61
<b>Полдник</b>						
	Мучное сдобное изделие промышленного производства	80	5,9	10,8	45,3	302
	Сок в ассортименте	200	0,2	0,1	11	46
<b>Ужин</b>						
№489-2004	Рагу из птицы	250	19,1	16,5	16,4	291
№686-2004	Зеленый чай с сахаром	200/5	0,2	0,0	12,9	52
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,3	7,2	38
	Хлеб ржаной	30	1,4	0,3	13,1	61
<b>Сонник</b>						
	Каисломолочный напиток(кефир,снежок)	200	5,8	6,4	18,9	156

Составил и.о. шеф-повар  Макарян С.А.

Согласовано:

Директор

МКОУ Тазовская школа-интернат

Грешан А.А.



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 03.05.2022

День: вторник  
Неделя: первая  
Сезон: весна -лето  
Возрастная категория: 11-18 лет

№ по сб. рецепт	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
<b>Завтрак</b>						
№1-2004	Бутерброд с джемом	20/10	1,6	7,4	10,0	114
№311-2004	Суп молочный с вермишелью	200/5	7,8	8,1	22,6	195
№642-1996	Чай с сахаром	200	3,9	3,7	19,4	127
	Хлеб ржаной	40	1,9	0,4	17,5	81
<b>Обед</b>						
№19-2004	Помидоры консервированные	80	0,4	4,2	3,4	53
№142-2004	Суп с рыбными фрикадельками	250/30	7,5	6,6	15,2	150
ТТК	Биточек Солнечный	100	18,7	14,3	11,8	251
№512-2004	Рис отварной	180	4,4	4,3	40,9	220
№357-2002	Компот из сухофруктов	200	1,0	0,0	17,3	70
	Хлеб пшеничный	40	3,3	0,6	14,4	76
	Хлеб ржаной	50	2,4	0,5	21,9	101
<b>Полдник</b>						
	Мучное сдобное изделие промышленного производства	100	7,0	12,3	51,3	344
	Сок в ассортименте	200	0,2	0,1	11	46
<b>Ужин</b>						
№489-2004	Рагу из птицы	300	22,0	18,3	22,0	341
№686-2004	Зеленый чай с сахаром	200/5	0,2	0,0	12,9	52
	Хлеб пшеничный	50	4,1	0,7	18,1	95
	Хлеб ржаной	30	1,4	0,3	13,1	61
<b>Сонник</b>						
	Каисломолочный напиток(кефир,снежок)	200	5,8	6,4	18,9	156

Составил и.о. шеф-повар

Макарян С.А.

Согласовано:

Директор

МКОУ Тазовская школа-интернат

Грешан А.А.



Утверждаю:

Председатель совета

Тазовского ПО

Ю.Я. Куцуров



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 04.05.2022

День: среда  
Неделя: первая  
Сезон: весна-лето  
Возрастная категория: 7-10лет

№ по сб. рецеп	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
<b>Завтрак</b>						
№2-2004	Бутерброд с сыром	20/20	1,8	0,3	26,4	116
№ 365-2004	Каша пшенная молочная	200	17,3	9,8	26,4	263
№630-1996	Чай с молоком	200	2,1	1,8	17,6	95
	Хлеб ржаной	10	0,5	0,1	4,4	20
<b>Обед</b>						
№20-2004	нарезка из отварных овощей	80	1,2	4,0	6,3	66
№143-2004	Суп с макаронными изделиями и картофелем, с мясными фрикадельками	250/20	5,6	5,3	21,0	154
№461-1996	Котлеты рубленые из птицы с маслом	80	11,7	7,9	9,7	157
ТТК	Рагу овощное	150	2,8	8,3	17,2	155
№585-1996	Компот из ябол с клюквой с Витамином С	200	0,2	0,0	25,6	103
	Хлеб пшеничный	40	3,3	0,6	14,4	76
	Хлеб ржаной	30	1,4	0,3	13,1	61
<b>Полдник</b>						
ТТК	Фрукты в ассортименте	100	6,3	6,9	37,8	239
<b>Ужин</b>						
№152-2004	Гуляш	80	13,4	9,2	4,0	152
№302-2004	Каша рисовая вязкая	180	5,6	6,1	27,5	187
	Сок в ассортименте	200	0,2	0,1	11	46
	Хлеб пшеничный	50	4,1	0,7	18,1	95
	Хлеб ржаной	40	1,9	0,4	17,5	81
<b>Сонник</b>						
№645-1996	Кисломолочный напиток	200	5,8	6,4	18,9	156

Составил и.о. шеф-повар  Макарян С.А.



Согласовано:

Директор

МКОУ Тазовская школа-интернат

Грешан А.А.



Утверждаю:  
Председатель совета  
Тазовского ПО  
Ю.Я. Куцуров

Меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд на 04.05.2022

День:

среда

Неделя:

первая

Сезон:

весна-лето

Возрастная категория:

11-18 лет

№ по сб. рецеп	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
<b>Завтрак</b>						
№2-2004	Бутерброд с сыром	20/20	1,8	0,3	26,4	116
№ 365-2004	Каша молочная пшенная	200	17,3	9,8	26,4	263
№630-1996	Чай с молоком	200	2,1	1,8	17,6	95
	Хлеб ржаной	20	0,9	0,2	8,7	41
<b>Обед</b>						
№20-2004	нарезка из отварных овощей	80	1,2	4,0	6,3	66
№143-2004	Суп с макаронными изделиями и картофелем, с мясными фрикадельками	250/20	5,6	5,3	21,0	154
№461-1996	Котлеты рубленные из птицы с маслом	100	14,7	10,8	12,1	204
ТТК	Овощное рагу	180	2,8	8,3	17,2	155
№585-1996	Компот из яблок с клюквой с Витамином С	200	0,2	0,0	25,6	103
	Хлеб пшеничный	80	6,6	1,1	28,9	152
	Хлеб ржаной	40	1,9	0,4	17,5	81
<b>Полдник</b>						
ТТК	Фрукты в ассортименте	120	7,2	7,9	43,2	273
<b>Ужин</b>						
№152-2004	Гуляш	100	13,4	9,2	4,0	152
№302-2004	Каша рисовая вязкая	180	5,6	6,1	27,5	187
	Сок в ассортименте	200	0,2	0,1	11	46
	Хлеб пшеничный	50	4,1	0,7	18,1	95
	Хлеб ржаной	50	2,4	0,5	21,9	101
<b>Сонник</b>						
№645-1996	Кисломолочный напиток	200	5,8	6,4	18,9	156

Составил и.о. шеф-повар

Макарян С.А.

Согласовано:

Директор

МКОУ Тазовская школа-интернат

Грешан А.А.



Утверждаю:

Председатель совета

Тазовского ПО

Ю.Я. Куцуров



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 05.05.2022

День:

четверг

Неделя:

первая

Сезон:

весна-лето

Возрастная категория:

7-10лет

№ по сб. рецепт	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
<b>Завтрак</b>						
№1,3-2004	Бутерброд с маслом	20/5/15	4,8	8,5	8,4	129
№311-2004	Каша пшеничная жидкая с маслом	200/5	8,5	9,1	33,0	248
№685-2004	Чай с сахаром	200	0,2	0,0	15,4	62
	Хлеб ржаной	20	1,6	0,3	7,2	38
<b>Обед</b>						
№16-2004	Салат из свеклы с маслом	80	1,3	4,0	6,6	68
№139-2004	Суп гороховый с мясом	250/20/10	9,1	4,8	30,2	200
	Жаркое по домашнему	300	19,2	13,7	32,3	329
№638-2004	Компот из ягод	200	0,7	0,0	18,5	77
	Хлеб пшеничный	30	2,5	0,4	10,8	57
	Хлеб ржаной	40	1,9	0,4	17,5	81
<b>Полдник</b>						
	Фрукты в ассортименте	120	5,9	10,8	45,3	302
<b>Ужин</b>						
№451-2004	Шницель из мяса с маслом	80/5	11,9	10,2	9,7	178
№482-1996	Капуста тушеная	150	3,8	6,9	16,1	141
№686-2004	Сок	200/5	0,1	0,0	15,2	61
	Хлеб пшеничный	30	2,5	0,4	10,8	57
	Хлеб ржаной	30	1,4	0,3	13,1	61
<b>Сонник</b>						
№260-2004	Кисломолочный напиток	200	5,5	5,6	10,0	112

Составил и.о. шеф-повар

Макарян С.А.

Согласовано:

Директор

МКОУ Тазовская школа-интернат

Грешан А.А.



Утверждаю:  
Председатель совета

Тазовского ПО

Ю.Я. Куцуров



**Меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд на 05.05.2022**

День: четверг  
Неделя: первая  
Сезон: весна-лето  
Возрастная категория: 11-18 лет

№ по сб. рецеп	Наименование блюда	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
<b>Завтрак</b>						
№1,3-2004	Бутерброд с маслом	20/5/15	4,8	8,5	8,4	129
№311-2004	Каша пшеничная жидкая с маслом	200/5	8,5	9,1	33,0	248
№685-2004	Чай с сахаром	200	0,2	0,0	15,4	62
	Хлеб ржаной	20	1,6	0,3	7,2	38
<b>Обед</b>						
№16-2004	нарезка из свеклы с маслом	100	1,6	5,0	8,2	84
№139-2004	Суп гороховый с мясом	250/20/	9,1	4,8	30,2	200
	Жаркое по домашнему	300	19,2	13,7	32,3	329
№638-2004	Компот из ягод	200	0,8	0,0	20,8	86
	Хлеб пшеничный	60	4,9	0,8	21,7	114
	Хлеб ржаной	40	1,9	0,4	17,5	81
<b>Полдник</b>						
	Фрукты в ассортименте	80	5,9	10,8	45,3	302
<b>Ужин</b>						
№451-2004	Шницель из мяса с маслом	100/5	14,9	14,7	12,1	240
№482-1996	Капуста тушеная	180	4,5	8,3	19,3	170
№686-2004	Сок	200/5	0,1	0,0	15,2	61
	Хлеб пшеничный	50	4,1	0,7	18,1	95
	Хлеб ржаной	40	1,9	0,4	17,5	81
<b>Сонник</b>						
№260-2004	Кисломолочный напиток	200	5,5	5,6	10,0	112

Составил и.о. шеф-повар  Макарян С.А.



Согласовано:

Директор

МКОУ Тазовская школа-интернат

Грешан А.А.



Утверждаю:  
Председатель совета  
Тазовского ПО  
Ю.Я. Куцуров

**Меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд на 05.05.2022**

День: четверг  
Неделя: первая  
Сезон: весна-лето  
Возрастная категория: 11-18 лет

№ по сб. рецепт	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
<b>Завтрак</b>						
№3-2004	Бутерброд с сыром	20/15	3,7	4,5	8,2	88
№262-1996	Каша манная молочная жидкая с маслом	200/5	8,5	6,2	30,2	211
№630-1996	Чай с молоком	200	2,1	1,8	17,6	95
	Хлеб пшеничный	30	2,5	0,4	10,8	57
	Хлеб Забайкальский	20	0,9	0,2	8,7	41
<b>Обед</b>						
№16-2004	Салат из свежей моркови	100	1,3	4,0	6,6	68
ТТК	Суп "Сливочный" с мясом	250/10	7,2	7,5	11,8	144
ТТК	Рыба запеченная с маслом	120/5	20,2	16,2	18,5	303
№203-2004	картофель отварной	180	2,9	3,6	24,5	142
№638-2004	Компот из кураги+ Витамин С	200	0,9	0,0	28,2	116
	Хлеб пшеничный	30	2,5	0,4	10,8	57
	Хлеб Забайкальский	50	2,4	0,5	21,9	101
<b>полдник</b>						
№20-2004	Фрукты в ассортименте	100/120	1,5	5,0	7,9	83

Составил и.о. шеф-повар  Макарян С.А.

Согласовано:

Директор

МКОУ Тазовская школа-интернат

Грешан А.А.



Утверждаю:  
Председатель совета  
Тазовского ПО  
Ю.Я. Куцуров

**Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 06.05.2022**

День: пятница  
Неделя: первая  
Сезон: весна-лето  
Возрастная категория: 7-10 лет


№ по сб. рецеп	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
<b>Завтрак</b>						
№ 1-2004	Бутерброд с джемом	20/10	1,6	7,4	10,0	114
	Хлеб ржаной	15	0,7	0,2	6,6	30
ТТК	Каша Солнечная маслом	200/5	7,2	8,9	27,7	220
№462-1996	Чай с сахаром	200	3,9	3,7	19,4	127
<b>Обед</b>						
№19-2004	Салат из свежей моркови	80	0,4	4,2	3,4	53
№157-2004	Борщ со Сметаной	250/10/15/15/5	5,9	8,4	7,9	131
ТТК	Мясной сырок с соусом молочным	80/50	13,1	9,9	11,2	186
№512-2004	Мокороны отварные	150	4,4	4,3	40,9	220
№638-2004	Компот из свежих ягод +Витамин С	200	0,1	0,0	17,3	70
	Хлеб пшеничный	40	3,3	0,6	14,4	76
	Хлеб ржаной	40	1,9	0,4	17,5	81
<b>Полдник</b>						
	Кондитерское изделие промыш производства	45	4,2	3,3	31,5	173
	Сок в ассортименте	200	0,2	0,1	11	46
<b>Ужин</b>						
ТТК	Курица запеченая по домашнему	250	18,7	17,7	23,5	328
№686-2004	Зеленый чай с сахаром	200/5	0,2	0,0	12,9	52
	Хлеб пшеничный	30	2,5	0,4	10,8	57
	Хлеб ржаной	30	1,4	0,3	13,1	61
<b>Сонник</b>						
№645-1996	Кисломолочный напиток	200	5,8	6,4	18,9	156

Составил и.о. шеф-повар  Макарян С.А.

Согласовано:

Директор

МКОУ Тазовская школа-интернат

Грешан А.А.



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 06.05.2022

День:

пятница

Неделя:

первая

Сезон:

весна-лето

Возрастная категория:

11-18лет


№ по сб. рецеп	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
<b>Завтрак</b>						
№ 1-2004	Бутерброд с джемом	20/10	1,6	7,4	10,0	114
	Хлеб пшеничный	20	0,9	0,2	8,7	41
ТТК	Каша Солнечная маслом	200/5	7,2	8,9	27,7	220
№462-1996	Чай с молоком	200	3,9	3,7	19,4	127
<b>Обед</b>						
№19-2004	салат из свежей моркови	80	0,5	5,2	4,3	66
№157-2004	Борщ с мясом и сметаной	250/10/15/15/5	5,9	8,4	7,9	131
ТТК	Мясной сырок с соусом молочным	80	15,7	12,1	14,1	228
№512-2004	Мокороны отварные	150	4,4	4,3	40,9	220
№638-2004	Компот из свежих ягод +Витамин С	200	0,1	0,0	17,3	70
	Хлеб пшеничный	60	4,9	0,8	21,7	114
	Хлеб ржаной	60	2,8	0,6	26,2	122
<b>Полдник</b>						
	Фрукты в ассортименте	120	4,5	3,5	32,4	179
<b>Ужин</b>						
ТТК	Курица запеченная по домашнему	250	22,4	21,2	28,2	393
№686-2004	Зеленый чай с сахаром	200/5	0,2	0,0	12,9	52
	Хлеб пшеничный	60	4,9	0,8	21,7	114
	Хлеб ржаной	40	1,9	0,4	17,5	81
<b>Сонник</b>						
№645-1996	Кисломолочный напиток	200	5,8	6,4	18,9	156

Составил и.о. шеф-повар  Макарян С.А.

Согласовано:

Директор

МКОУ Тазовская школа-интернат

Грешан А.А.



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 06.05.2022

День: пятница  
Неделя: первая  
Сезон: весна-лето  
Возрастная категория: 11-18 лет

№ по сб. рецеп	Наименование блюда	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
<b>Завтрак</b>						
№3-2004	Бутерброд с маслом	20/10	1,6	7,4	10,0	114
№340-2004	Омлет натуральный с маслом	180	13,9	12,1	1,5	171
№686-1996	Чай с сахаром	200	0,1	0,0	15,2	61
	Хлеб ржаной	40	3,3	0,6	14,4	76
<b>Обед</b>						
№16-2004	Помидоры консервированные	100	1,3	4,0	6,6	68
№129-1996	Рассольник Ленинградский с мясом сметаной	250/10/5	4,8	4,3	14,4	116
№413-2004	Капуста тушенная с мясом	80	7,4	12,1	1,9	146
№638-2004	Компот из сухофруктов Витамин С	200	0,7	0,0	18,5	77
	Хлеб пшеничный	70	5,7	1,0	25,3	133
	Хлеб ржаной	60	2,8	0,6	26,2	122
<b>Обед</b>						
ТТК	Кондитерское изделие промышленного производства	60	0,1	0,0	15,2	61
	Сок в ассортименте	200	3,3	0,6	14,4	76

Составил и.о. шеф-повар  Макарян С.А.



Согласовано:

Директор

МКОУ Тазовская школа-интернат

Грешан А.А.



Меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд на 07.05.2022

День: суббота  
Неделя: первая  
Сезон: весна-лето  
Возрастная категория: 7-10лет

№ по сб. рецепт	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
<b>Завтрак</b>						
№1,3-2004	Бутерброд с маслом	20/15	4,5	7,5	8,4	119
№311-2004	Каша пшеничная жидкая, с маслом	200/5	8,1	8,6	27,8	221
№630-1996	Чай с молоком	200	2,1	1,8	17,6	95
	Хлеб ржаной	30	0,7	0,2	6,6	30
<b>Обед</b>						
№101-2004	Икра кабачковая промыш производства	80	1,2	3,5	5,8	60
№149-2004	Суп с крупой и курицей	250/10	5,1	7,9	16,5	158
	Капуста тушенная с мясом	300	19,2	13,7	32,3	329
№585-1996	Компот из свежих плодов витамин С	200	0,2	0,0	19,6	79
	Хлеб пшеничный	40	3,3	0,6	14,4	76
	Хлеб ржаной	40	1,9	0,4	17,5	81
<b>Полдник</b>						
№358-2004	Кондитерское изделие	60	17,0	9,2	26,5	257
№260-2004	Сок в ассортименте	200	5,5	5,6	10,0	112
<b>Ужин</b>						
№413-2004	Сосиски, сардельки колбаса отварные с маслом	80	7,5	14,2	0,7	161
№516-2004	Мокороны отварные	180	4,1	3,8	33,1	183
	Сок в ассортименте	200	0,2	0,1	29,1	118
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,3	7,2	38
	Хлеб ржаной	20	0,9	0,2	8,7	41
<b>Сонник</b>						
№645-1996	Кисломолочный напиток	200	5,8	6,4	18,9	156

Составил и.о. шеф-повар \_\_\_\_\_ Макарян С.А.

Согласовано:

Директор

МКОУ Тазовская

Грешан А.А.



Утверждаю:  
Председатель совета  
Тазовского ПО  
Ю.Я. Куцуров

Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 07:05.2022

День: суббота  
Неделя: первая  
Сезон: весна-лето  
Возрастная категория: 11-18 лет

№ по сб. рецeп	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
<b>Завтрак</b>						
№1,3-2004	Бутерброд с маслом	20/5/10	4,8	8,5	8,4	129
№311-2004	Каша пшеничная жидкая, с маслом	200/5	8,1	8,6	27,8	221
№630-1996	Чай с молоком	200	2,1	1,8	17,6	95
	Хлеб ржаной	20	1,5	5,0	7,9	83
<b>Обед</b>						
№101-2004	Икра кабачковая промыш производства	80	1,2	3,5	5,8	60
№149-2004	Суп с крупой и курицей	250/10	5,1	7,9	16,5	158
№436-2004	Капуста тушенная с мясом	230	19,2	13,7	32,3	329
№585-1996	Компот из свежих плодов витамин С	200	0,2	0,0	19,6	79
	Хлеб пшеничный	50	4,1	0,7	18,1	95
	Хлеб ржаной	60	2,8	0,6	26,2	122
<b>Полдник</b>						
№358-2004	Кондитерское изделие промышленного производства	200/30	19,7	11,1	34,3	316
№260-2004	Сок в ассортименте	200	5,5	5,6	10,0	112
<b>Ужин</b>						
№413-2004	Сосиски, сардельки колбаса отварные с маслом	100	9,4	17,8	0,9	201
№516-2004	Мокороны отварные	180	5,0	4,7	39,8	221
	Сок в ассортименте	200	0,2	0,1	29,1	118
	Хлеб пшеничный	40	3,3	0,6	14,4	76
	Хлеб ржаной	20	0,9	0,2	8,7	41
<b>Сонник</b>						
№645-1996	Кисломолочный напиток	200	5,8	6,4	18,9	156

Составил и.о. шеф-повар \_\_\_\_\_ Макарян С.А.

Согласовано:

Директор

МКОУ Тазовская школа-интернат

Грешан А.А.



Утверждаю:

Председатель совета

Тазовского ПО

Ю.Я. Куцуров



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 07.05.2022

День:

суббота

Неделя:

первая

Сезон:

весна - лето

Возрастная категория:

11-18лет

№ по сб. рецепт	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
<b>Завтрак</b>						
№1-2004	Бутерброд с джемом	20/10	1,6	7,4	10,0	114
№311-2004	Каша пшеничная жидкая с маслом	200/5	7,8	8,1	22,6	195
№642-1996	Какао с молоком	200	3,9	3,7	19,4	127
	Хлеб ржаной	15	0,7	0,2	6,6	30
<b>Обед</b>						
№19-2004	нарезка из свежих овощей	100	0,4	4,2	3,4	53
№142-2004	Суп с рыбными фрикадельками	250/30	7,5	6,6	15,2	150
ТТК	Рагу из птицы		15,0	11,4	9,4	201
№357-2002	Компот из сухофруктов	200	1,0	0,0	17,3	70
	Хлеб пшеничный	30	2,5	0,4	10,8	57
	Хлеб ржаной	30	1,4	0,3	13,1	61
<b>полдник</b>						
	Фрукты в ассортименте	120	7,8	8,1	22,6	195

Составил и.о. шеф-повар

Макарян С.А.

Согласовано:

Директор

МКОУ Тазовская школа-интернат

Грешан А.А.



Утверждаю:  
Председатель совета  
Тазовского ПО  
Ю.Я. Куцуров

**Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 08.0.2022**

День: воскресенье  
Неделя: вторая  
Сезон: весна-лето  
Возрастная категория: 7-10 лет

№ по сб. рецепт	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
<b>Завтрак</b>						
№1-2004	Бутерброд с сыром	20/15	1,6	7,4	10	114
№311-2004	Каша ячнево-пшеничная жидкая с маслом	200/5	8,3	7,9	31,2	229
№260-2004	Чай с сахаром	200	6,4	6,2	12,0	129
	Хлеб ржаной	20	0,9	0,2	8,7	41
<b>Обед</b>						
№20-2004	Салат из свежей моркови	80	1,2	4,0	6,3	66
№1.72-1995	Суп из мелконашинкованных овощей со сметаной	250/5	1,8	4,9	11,6	98
№310-1996	Рыба запеченная с маслом	100/5	16,7	9,3	5,2	171
№638-2004	Рис припущенный	150	3,0	5,0	19,2	134
№357-2002	Компот из сухофруктов Витамин С	200	0,7	0,0	18,5	77
	Хлеб пшеничный	50	4,1	0,7	18,1	95
	Хлеб ржаной	40	1,9	0,4	17,5	81
<b>Полдник</b>						
	Фрукты в ассортименте	120	1,3	0,4	6,6	35
<b>Ужин</b>						
ТТК	Котлетки "Детские" с соусом	120	14,8	15,0	11,2	239
№302-2004	Каша гречневая вязкая	150	4,6	4,9	22,9	154
№686-2004	Чай с лимоном	200	0,1	0,0	15,2	61
	Хлеб пшеничный	50	4,1	0,7	18,1	95
	Хлеб ржаной	30	1,4	0,3	13,1	61
<b>Сонник</b>						
	Йогурт в индивидуальной упаковке	115	4,9	9,5	8,3	138

Составил и.о. шеф-повар  Макарян С.А.

Согласовано:

Директор

МКОУ Тазовская школа-интернат

Грешан А.А.



Меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд на 08.05.2022

День:

воскресенье

Неделя:

вторая

Сезон:

весна-лето

Возрастная категория:

11-18 лет

№ по сб. рецепт	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
<b>Завтрак</b>						
№1-2004	Бутерброд с сыром	20/15	3,7	4,5	8,2	88
№311-2004	Каша ячнево-пшеничная жидкая с маслом	200/5	8,3	7,9	31,2	229
№260-2004	Чай с сахаром	200	6,4	6,2	12,0	129
	Хлеб ржаной	40	1,9	0,4	17,5	81
<b>Обед</b>						
№20-2004	Салат из свежей моркови	80	1,2	4,0	6,3	66
№1.72-1995	Суп из мелконашинкованных овощей со сметаной	250/5	1,8	4,9	11,6	98
№310-1996	Рыба запеченная с маслом	120/10	18,3	10,2	6,2	190
№638-2004	рис припущенный	180	3,6	6,1	23,1	161
№357-2002	Компот из сухофруктов Витамин С	200	0,8	0,0	20,8	86
	Хлеб пшеничный	80	6,6	1,1	28,9	152
	Хлеб ржаной	60	2,8	0,6	26,2	122
<b>Полдник</b>						
	Фрукты в ассортименте	120	1,3	0,4	6,6	35
<b>Ужин</b>						
ТТК	Котлетки "Детские" с соусом	120	14,8	15,0	11,2	239
№302-2004	Каша гречневая вязкая	180	5,6	6,1	27,5	187
№686-2004	Чай с лимоном	200	0,1	0,0	15,2	61
	Хлеб пшеничный	60	4,9	0,8	21,7	114
	Хлеб ржаной	40	1,9	0,4	17,5	81
<b>Сонник</b>						
	Йогурт в индивидуальной упаковке	115	4,9	9,5	8,3	138

Составил и.о. шеф-повар  Макарян С.А.

Согласовано:

Директор

МКОУ Тазовская школа-интернат

Грешан А.А.



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 09.05.2022

День:

понедельник

Неделя:

вторая

Сезон:

весна-лето

Возрастная категория:

7-10 лет

№ по сб. рецепт	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
<b>Завтрак</b>						
№1-2004	Бутерброд с маслом	20/10	1,4	3,8	1,0	114
№340-2004	Омлет натуральный с маслом	200	17,9	16,3	1,8	226
№642-2004	Чай с сахаром	200	3,9	3,7	19,4	127
	Хлеб Забайкальский	20	1,6	0,3	7,2	38
<b>Обед</b>						
№19-2001	нарезка из отварных овощей	80	0,5	5,2	4,3	66
№124-2004	Щи из свежей капусты, с картофелем мясом сметаной	250/10/5	4,2	7,7	6,8	113
№489-2004	плов из птицы	250	19,1	16,5	16,4	291
№638-2004	Компот из свежих ягод+Витамин С	200	0,1	0,0	17,3	70
	Хлеб пшеничный	80	6,6	1,1	28,9	152
	Хлеб ржаной	60	2,8	0,6	26,2	122
<b>Полдник</b>						
	Мучное изделие промышленного	100	7,0	9,3	59,0	348
	Сок в ассортименте	200	0,2	0,1	11	46
<b>Ужин</b>						
	Жаркое по домашнему	300	19,2	13,7	32,3	329
	Чай с сахаром	200	0,2	0,0	12,9	52
	Хлеб пшеничный	40	3,3	0,6	14,4	76
	Хлеб ржаной	40	1,9	0,4	17,5	81
<b>Сонник</b>						
№645-1996	Кисломолочный напиток	200	5,8	6,4	18,9	156

Составил и.о. шеф-повар


Макарян С.А.

Согласовано:

Директор

МКОУ Тазовская школа-интернат

Грешан А.А.



Утверждаю:

Председатель совета

Тазовского ПО

Ю.Я. Куцуров

Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 09.05.2022

День: понедельник

Неделя: вторая

Сезон: весна-лето

Возрастная категория: 11-18 лет

№ по сб. рецепт	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
<b>Завтрак</b>						
№1-2004	Бутерброд с маслом	20/5	1,4	3,8	1,0	114
№340-2004	Омлет натуральный с маслом	200	17,9	16,3	1,8	226
№642-2004	Чай с сахаром	200	3,9	3,7	19,4	127
	Хлеб Забайкальский	20	1,6	0,3	7,2	38
<b>Обед</b>						
№19-2001	нарезка из отварных овощей	100	0,5	5,2	4,3	66
№124-2004	Щи из свежей капусты, с картофелем мясом сметаной	250/10/5	4,2	7,7	6,8	113
№489-2004	плов из птицы	250	19,1	16,5	16,4	291
№638-2004	Компот из свежих ягод+Витамин С	200	0,1	0,0	17,3	70
	Хлеб пшеничный	80	6,6	1,1	28,9	152
	Хлеб ржаной	60	2,8	0,6	26,2	122
<b>Полдник</b>						
	Мучное изделие промышленного	100	7,0	9,3	59,0	348
	Сок в ассортименте	200	0,2	0,1	11	46
<b>Ужин</b>						
	Жаркое по домашнему	300	19,2	13,7	32,3	329
	Чай с сахаром	200	0,2	0,0	12,9	52
	Хлеб пшеничный	40	3,3	0,6	14,4	76
	Хлеб ржаной	40	1,9	0,4	17,5	81
<b>Сонник</b>						
№645-1996	Кисломолочный напиток	200	5,8	6,4	18,9	156

Составил и.о. шеф-повар  Макарян С.А.

Согласовано:

Директор

МКОУ Тазовская школа-интернат

Грешан А.А.



Утверждаю:

Председатель совета  
Тазовского ПО

Ю.Я. Куцуров



Меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд на 10.05.2022

День:

вторник

Неделя:

вторая

Сезон:

весна-лето

Возрастная категория:

7-10лет

№ по сб. рецеп	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
<b>Завтрак</b>						
№1,3-2004	Бутерброд с сыром	20/5/10	4,8	8,5	8,4	129
№162-1996	Суп молочный с крупой	250	6,6	7,1	22,2	179
№685-1996	Чай с сахаром	200	0,2	0,0	15,4	62
	Хлеб ржаной	20	1,6	0,3	7,2	38
<b>Обед</b>						
№19-2004	салат из отварной свеклы	80	0,5	5,2	4,3	66
№181-1996	борщ украинский	250/30	7,7	6,9	10,4	135
№451-2004	Котлеты из мяса с маслом	80	11,9	10,2	9,7	178
№482-1996	Каша ячневая	150	3,8	6,9	16,1	141
№357-2002	Компот из сухофруктов	200	1,0	0,0	17,3	70
	Хлеб пшеничный	50	4,1	0,7	18,1	95
	Хлеб ржаной	30	1,4	0,3	13,1	61
<b>Полдник</b>						
	Фрукты в ассортименте	170	2,2	0,2	26,8	117
<b>Ужин</b>						
ТТК	Говядина тушенная с капустой	250	19,0	13,5	32,2	326
№462-1996	Чай с сахаром	200	3,9	3,7	19,4	127
	Хлеб пшеничный	40	3,3	0,6	14,4	76
	Хлеб ржаной	40	1,9	0,4	17,5	81
<b>Сонник</b>						
№645-1996	Кисломолочный напиток	200	5,8	6,4	18,9	156

Составил шеф-повар

Макарян С.А.



Согласовано:

Директор

МКОУ Тазовская школа-интернат

Грешан А.А.



Утверждаю:  
Председатель совета  
Тазовского ПО  
Ю.Я. Куцуров

Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 10.05.2022

День:

вторник

Неделя:

вторая

Сезон:

весна-лето

Возрастная категория:

11-18 лет

№ по сб. рецепт	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
<b>Завтрак</b>						
№1,3-2004	Бутерброд с сыром	20/5/10	4,8	8,5	8,4	129
№162-1996	Суп молочный с крупой	300	7,9	7,9	26,2	208
№685-1996	Чай с сахаром	200	0,2	0,0	15,4	62
	Хлеб ржаной	20	1,6	0,3	7,2	38
<b>Обед</b>						
№19-2004	салат из отварной свеклы	80	0,5	5,2	4,3	66
№181-1996	Борщ украинский	250/30	7,7	6,9	10,4	135
№451-2004	Котлеты из мяса с маслом	100/5	14,9	13,7	12,1	231
№482-1996	Каша ячневая	180	4,5	8,3	19,3	170
№357-2002	Компот из сухофруктов	200	1,0	0,0	17,3	70
	Хлеб пшеничный	60	4,9	0,8	21,7	114
	Хлеб ржаной	60	2,8	0,6	26,2	122
<b>Полдник</b>						
	Фрукты в ассортименте	170	2,2	0,2	26,8	117
<b>Ужин</b>						
ТТК	Говядина тушенная с капустой	300	20,2	16,2	38,6	381
№685-1996	Чай с сахаром	200	0,2	0,0	15,4	62
	Хлеб пшеничный	40	3,3	0,6	14,4	76
	Хлеб ржаной	60	2,8	0,6	26,2	122
<b>Сонник</b>						
№645-1996	Кисломолочный напиток	200	5,8	6,4	18,9	156

Составил шеф-повар  Макарян С.А.

Согласовано:

Директор

МКОУ Тазовская школа-интернат

Грешан А.А.



Утверждаю:

Председатель совета

Тазовского ПО

Ю.Я. Куцуров



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 11.05.2022

День:

среда

Неделя:

вторая

Сезон:

весна-лето

Возрастная категория:

11-18лет

№ по сб. рецепт	Наименование блюда	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
<b>Завтрак</b>						
№2-2004	Бутерброд с джемом	20/20	1,8	0,3	26,4	116
№ 365-2004	каша рисовая молочная	200	17,3	9,8	26,4	263
№630-1996	Чай с сахаром	200	2,1	1,8	17,6	95
	Хлеб ржаной	10	0,5	0,1	4,4	20
<b>Обед</b>						
№20-2004	Салат из свежей моркови	100	1,2	4,0	6,3	66
№143-2004	Суп с макаронными изделиями и картофелем, с мясными фрикадельками	250/20	5,6	5,3	21,0	154
№461-1996	Котлета куринная с маслом	100	11,7	7,9	9,7	157
ТТК	каша ячневая	180	2,8	8,3	17,2	155
№585-1996	Компот из яблок с Витамином С	200	0,2	0,0	25,6	103
	Хлеб пшеничный	40	3,3	0,6	14,4	76
	Хлеб ржаной	30	1,4	0,3	13,1	61
<b>полдник</b>						
№461-1996	Фрукты в ассортименте	120	11,7	7,9	9,7	157

Составил и.о. шеф-повар

Макарян С.А.

Согласовано:

Директор

МКОУ Тазовская школа-интернат

Грешан А.А.



Меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд на 11.05.2022

День:

среда

Неделя:

вторая

Сезон:

весна-лето

Возрастная категория:

7-10 лет

№ по сб. рецепт	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
<b>Завтрак</b>						
№3-2004	Бутерброд с джемом	20/15	3,7	4,5	8,2	88
№315-2004	Запеканка рисовая из творога с молоком сгущенным	170	12,7	9,6	36,0	281
№686-2004	Чай с сахаром	200/5	0,1	0,0	15,2	61
	Хлеб ржаной	10	0,5	0,1	4,4	20
<b>Обед</b>						
ТТК	Салат из свежих овощей	80	0,7	4,0	5,4	60
№113-2004	Суп гороховый	250/10/5	8,9	9,1	14,9	177
№413-2004	Сосиски, сардельки, колбаса отварная с маслом	80	7,5	14,2	0,7	161
№516-2004	Макаронные изделия отварные	150	4,1	3,8	33,1	183
№638-2004	Компот из свежих ягод+Витамин С	200	0,1	0,0	17,3	70
	Хлеб пшеничный	50	1,4	0,3	13,1	61
	Хлеб ржаной	30	1,4	0,3	13,1	61
<b>Полдник</b>						
	Фрукты в ассортименте	170	2,2	0,2	26,8	117
<b>Ужин</b>						
№391-2004	катлеты мясные	80/5	12,1	7,0	3,5	125
№203-2004	Каша пшеничная вязкая	150	2,4	3,2	20,5	120
№630-1996	Чай с молоком	200	2,1	1,8	17,6	95
	Хлеб пшеничный	40	1,9	0,4	17,5	81
	Хлеб ржаной	40	1,9	0,4	17,5	81
<b>Сонник</b>						
№645-1996	Кисломолочный напиток	200	5,8	6,4	18,9	156

Составил шеф-повар  Макарев С.А.

Согласовано:

Директор

МКОУ Тазовская школа-интернат

Грешан А.А.



Утверждаю:

Председатель совета

Тазовского ПО

Ю.Я. Куцуров



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 11.05.2022

День:

Среда

Неделя:

вторая

Сезон:

весна-лето

Возрастная категория:

11-18 лет

№ по сб. рецепт	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
<b>Завтрак</b>						
№3-2004	Бутерброд с джемом	20/15	3,7	4,5	8,2	88
№315-2004	Запеканка рисовая из творога с молоком сгущенным	200	14,9	11,3	42,3	331
№686-2004	Чай с сахаром	200/5	0,1	0,0	15,2	61
	Хлеб ржаной	20	0,9	0,2	8,7	41
<b>Обед</b>						
ТТК	Салат из свежих овощей	100	0,9	5,0	6,7	75
№113-2004	Суп гороховый	250/10/5	8,9	9,1	14,9	177
№413-2004	Сосиски, сардельки, колбаса отварная с маслом	100	9,4	17,8	0,9	201
№516-2004	Макаронные изделия отварные	180	5,0	4,7	39,8	221
№638-2004	Компот из свежих ягод+Витамин С	200	0,1	0,0	17,3	70
	Хлеб пшеничный	60	4,9	0,8	21,7	114
	Хлеб ржаной	40	1,9	0,4	17,5	81
<b>Полдник</b>						
	Фрукты в ассортименте	170	2,2	0,2	26,8	117
<b>Ужин</b>						
№391-2004	катлеты мясные	100/5	15,1	9,7	4,3	165
№203-2004	Каша пшеничная вязкая	180	2,9	3,6	24,5	142
№630-1996	Чай с молоком	200	2,1	1,8	17,6	95
	Хлеб пшеничный	60	4,9	0,8	21,7	114
	Хлеб ржаной	50	2,4	0,5	21,9	101
<b>Сонник</b>						
№645-1996	Кисломолочный напиток	200	5,8	6,4	18,9	156

Составил шеф-повар  Макарян С.А.

Согласовано:

Директор

МКОУ Тазовская школа-интернат

Грешан А.А.



Утверждаю:

Председатель совета

Тазовского ПО

Ю.Я. Куцуров



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 12.05.2022

День: Четверг  
Неделя: второе  
Сезон: весна-лето  
Возрастная категория: 7-10 лет

№ по сб. рецепт	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
<b>Завтрак</b>						
№1,3-2004	Бутерброд с маслом	20/10	4,8	8,5	8,4	129
№311-2004	Каша манная	200/5	7,6	7,7	29,2	217
№642-2004	Чай с сахаром	200	39,	3,7	19,4	127
	Хлеб пшеничный	15	1,2	0,2	5,4	28
	Хлеб ржаной	15	0,7	0,2	6,6	30
<b>Обед</b>						
№19-2004	Помидоры консервированные	100	0,5	5,2	4,3	66
№133-2001	Суп картофельный с мясом	250/10	4,5	4,8	15,5	123
ТТК	Мясные мячики	100	8,7	13,2	5,5	175
№215-1996	Рагу из овощей	180	2,7	7,1	19,4	153
№638-2004	Компот из свежих яблок Витамином С	200	0,2	0,0	25,6	103
	Хлеб пшеничный	50	4,1	0,7	18,1	95
	Хлеб ржаной	40	1,9	0,4	17,5	81
<b>Полдник</b>						
	Мучное изделие промышленного производства	100	6,8	4,1	44,0	240
	Сок в ассортименте	200	0,2	0,1	29,1	118
<b>Ужин</b>						
№152-2004	Гуляш	100	13,4	9,2	4,0	152
№302-2004	Каша гречневая вязкая	150	4,6	4,9	22,9	154
№462-1996	Чай ЗЕЛЕННЫЙ	200	3,9	3,7	19,4	127
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,3	7,2	38
	Хлеб ржаной	20	0,9	0,2	8,7	41
<b>Сонник</b>						
№645-1996	Кисломолочный напиток	200	5,8	6,4	18,9	156

Составил шеф-повар  Макарян С.А.

Согласовано:

Директор

МКОУ Тазовская школа-интернат

Грешан А.А.



Утверждаю:

Председатель совета  
Тазовского ПО

Ю.Я. Куцуров



**Меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд на 12.0.2022**

День: четверг  
Неделя: вторая  
Сезон: весна-лето  
Возрастная категория: 11-18 лет

№ по сб. рецеп	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
<b>Завтрак</b>						
№1,3-2004	Бутерброд с маслом	20/5/15	4,8	8,5	8,4	129
№311-2004	Каша манная жидкая с маслом	200/5	7,6	7,7	29,2	217
№642-2004	Чай с сахаром	200	39,	3,7	19,4	127
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,3	7,2	38
	Хлеб ржаной	20	0,9	0,2	8,7	41
<b>Обед</b>						
№19-2004	Помидоры консервированные	100	0,5	5,2	4,3	66
№133-2001	Суп картофельный с мясом	250/10	4,5	4,8	15,5	123
ТТК	Мясные мячики	100	10,8	16,5	6,8	216
№215-1996	Рагу из овощей	180	2,7	7,1	19,4	153
№638-2004	Компот из свежих яблок с клюквой с Витамином С	200	0,2	0,0	25,6	103
	Хлеб пшеничный	100	8,2	1,4	36,1	190
	Хлеб ржаной	60	2,8	0,6	26,2	122
<b>Полдник</b>						
№772-2004	Кондитерское изделие	100	8,5	5,1	55,0	300
	Сок в ассортименте	200	0,2	0,1	29,1	118
<b>Ужин</b>						
№152-2004	Гуляш	100	13,4	9,2	4,0	152
№302-2004	Каша гречневая вязкая	150	4,6	4,9	22,9	154
	Зеленый чай с сахаром	200	0,2	0,0	12,9	52
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,3	7,2	38
	Хлеб ржаной	20	0,9	0,2	8,7	41
<b>Сонник</b>						
№645-1996	Кисломолочный напиток	200	5,8	6,4	18,9	156

Составил шеф-повар  Макарян С.А.

Согласовано:

Директор

МКОУ Тазовская школа-интернат

Грешан А.А.



Утверждаю:

Председатель совета

Тазовского ПО

Ю.Я. Куцуров



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 12.05.2022

День:

четверг

Неделя:

вторая

Сезон:

весна-лето

Возрастная категория:

11-18 лет

№ по сб. рецепт	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
<b>Завтрак</b>						
№1,3-2004	Бутерброд с маслом	20/10	4,8	8,5	8,4	129
№311-2004	Каша пшеничная жидкая с маслом	200/5	8,5	9,1	33,0	248
№685-2004	Чай с сахаром	200	0,2	0,0	15,4	62
	Хлеб ржаной	20	1,6	0,3	7,2	38
<b>Обед</b>						
№16-2004	Салат витаминный	100	1,3	4,0	6,6	68
№139-2004	Суп гороховый с мясом гречками	250/20/10	9,1	4,8	30,2	200
	Жаркое по домашнему	300	19,2	13,7	32,3	329
№638-2004	Компот из сухофруктов Витамин С	200	0,7	0,0	18,5	77
	Хлеб пшеничный	30	2,5	0,4	10,8	57
	Хлеб ржаной	40	1,9	0,4	17,5	81
<b>полдник</b>						
ТТК	Кондитерское изделие промышленного производства	60	2,4	3,2	20,5	120
	Сок в ассортименте	200	0,7	0,0	18,5	77

Составил и.о. шеф-повар

Макарян С.А.

Согласовано:

Директор

МКОУ Тазовская школа-интернат

Грешан А.А.



Утверждаю:

Председатель совета

Тазовского ПО

Ю.Я. Куцуров



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 13.05.2022

День:

Пятница

Неделя:

вторая

Сезон:

весна-лето

Возрастная категория:

7-10 лет

№ по сб. рецепт	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
<b>Завтрак</b>						
№ 1-3-2004	Бутерброд с джемом	20/15/5	4,8	8,5	8,4	129
№160-2004	Суп молочный с макаронными изделиями	250	7,2	6,5	26,5	193
№686-2004	Чай с сахаром	200	0,1	0,0	15,2	61
	Хлеб ржаной	20	0,9	0,2	8,7	41
<b>Обед</b>						
№362-2013	Нарезка из свежих овощей	80	1,3	4,0	6,6	68
№135-2004	Суп с рыбными фрикадельками	250/30	6,2	8,2	18,4	172
№44/3-2001	Курочка ряба	150	3,0	5,0	19,2	134
№505-2013	Компот из сухофруктов+Витамин"С"	200	0,7	0,0	18,5	77
	Хлеб пшеничный	30	2,5	0,4	10,8	57
	Хлеб ржаной	30	1,4	0,3	13,1	61
<b>Полдник</b>						
	Фрукты в ассортименте	120	3,5	2,5	20,5	119
<b>Ужин</b>						
№391-2004	Биточек из мяса с маслом	80	11,9	10,2	9,7	178
№216-2004	Картофель отварной	150	4,6	4,9	22,9	154
№518-2013	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	29,1	118
	Хлеб пшеничный	30	2,5	0,4	10,8	57
	Хлеб ржаной	30	1,4	0,3	13,1	61
<b>Сонник</b>						
P.645-1996	Кисломолочный продукт	200	5,8	6,4	18,9	156
	Кондитерское изделие промышленного производства	50	3,5	2,5	20,5	119

Составил и.о. шеф-повар

Макарян С.А.



Согласовано:

Директор

МКОУ Тазовская школа-интернат

Грешан А.А.



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 13.05.2022

День: пятница  
Неделя: вторая  
Сезон: весна-лето  
Возрастная категория: 11-18лет

№ по сб. рецепт	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
<b>Завтрак</b>						
№ 1-3-2004	Бутерброд с джемом	20/15/5	4,8	8,5	8,4	129
№160-2004	Суп молочный с макаронными изделиями	250	7,2	6,5	26,5	193
№686-2004	Чай с сахаром	200	0,1	0,0	15,2	61
	Хлеб ржаной	20	0,9	0,2	8,7	41
<b>Обед</b>						
№362-2013	Нарезка из свежих овощей	100	1,3	4,0	6,6	68
№135-2004	Суп с рыбными фрикадельками	250/30	6,2	8,2	18,4	172
№44/3-2001	Курочка ряба	180	3,0	5,0	19,2	134
№505-2013	Компот из сухофруктов+Витамин "С"	200	0,7	0,0	18,5	77
	Хлеб пшеничный	30	2,5	0,4	10,8	57
	Хлеб ржаной	30	1,4	0,3	13,1	61
<b>Полдник</b>						
	Фрукты в ассортименте	120	3,5	2,5	20,5	119
<b>Ужин</b>						
№391-2004	Биточек из мяса с маслом	100	11,9	10,2	9,7	178
№216-2004	Картофель отварной	180	4,6	4,9	22,9	154
№518-2013	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	29,1	118
	Хлеб пшеничный	30	2,5	0,4	10,8	57
	Хлеб ржаной	30	1,4	0,3	13,1	61
<b>Сонник</b>						
Р.645-1996	Кисломолочный продукт	200	5,8	6,4	18,9	156
	Кондитерское изделие промышленного производства	50	3,5	2,5	20,5	119

Составил и.о. шеф-повар  Макарян С.А.

Согласовано:

Директор

МКОУ Тазовская школа-интернат

Грешан А.А.



**Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 13.05.2022**

День:

пятница

Неделя:

вторая

Сезон:

весна-лето

Возрастная категория:

11-18 лет

№ по сб. рецен	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
<b>Завтрак</b>						
№ 1-2004	Бутерброд с сыром	20/10	1,6	7,4	10,0	114
	Хлеб ржаной	20	0,9	0,2	8,7	41
ТТК	Каша Солнечная маслом	200/5	7,2	8,9	27,7	220
№462-1996	Чай с сахаром	200	3,9	3,7	19,4	127
<b>Обед</b>						
№16-2004	Салат из отварной свеклы с маслом	100	1,3	4,0	6,6	68
№157-2004	Солянка домашняя со сметаной	250/10/15/15/5	5,9	8,4	7,9	131
ТТК	Плов из мяса	300	15,7	12,1	14,1	228
№638-2004	Компот из свежих ягод +Витамин С	200	0,1	0,0	17,3	70
	Хлеб пшеничный	60	4,9	0,8	21,7	114
	Хлеб ржаной	60	2,8	0,6	26,2	122
<b>полдник</b>						
ТТК	Кондитерское изделие промышленного производства	60	2,4	3,2	20,5	120
	Сок в ассортименте	200	0,7	0,0	18,5	77

Составил и.о. шеф-повар

Макарян С.А.

Согласовано:

Директор

МКОУ Тазовская школа-интернат

Грешан А.А.



**Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 14.05.2022**

День: суббота  
Неделя: вторая  
Сезон: весна-лето  
Возрастная категория: 11-18 лет

№ по сб. рецеп	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
<b>Завтрак</b>						
№1,3-2004	Бутерброд с джемом	20/5/10	4,8	8,5	8,4	129
№311-2004	Каша гречневая жидкая, с маслом	200/5	8,1	8,6	27,8	221
№630-1996	Чай с молоком	200	2,1	1,8	17,6	95
	Хлеб ржаной	20	1,5	5,0	7,9	83
<b>Обед</b>						
№19-2001	салат из свежей моркови	100	0,5	5,2	4,3	66
№149-2004	Суп с крупой и курицей	250/10	5,1	7,9	16,5	158
№413-2004	Сосиски, сардельки, колбаса отварные с маслом	100	7,4	12,1	1,9	146
№516-2004	Макаронные изделия отварные	150	4,1	3,8	33,1	183
№638-2004	Компот из сухофруктов Витамин С	200	0,7	0,0	18,5	77
№585-1996	Компот из свежих плодов витамин С	200	0,2	0,0	19,6	79
	Хлеб пшеничный	50	4,1	0,7	18,1	95
	Хлеб ржаной	60	2,8	0,6	26,2	122
<b>полдник</b>						
ТТК	Кондитерское изделие промышленного производства	60	2,4	3,2	20,5	120
	Сок в ассортименте	200	0,7	0,0	18,5	77

Составил и.о. шеф-повар  Макарян С.А.

Согласовано:

Директор

МКОУ Тазовская школа-интернат

Грешан А.А.



Утверждаю:

Председатель совета

Тазовского ПО

Ю.Я. Куцуров



**Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 14.05.2022**

День: суббота  
 Неделя: вторая  
 Сезон: весна-лето  
 Возрастная категория: 11-18лет

№ по сб. рецеп	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
<b>Завтрак</b>						
№1-2004	Бутерброд с маслом	20/15	1,6	7,4	10,0	114
№1/4-2011	каша молочная пшеничная	200	12,7	8,3	26,0	230
№500-2013	Чай с молоком	200	1,8	1,6	16,1	86
	Хлеб Забайкальский	10	0,5	0,1	4,4	20
<b>Обед</b>						
№70-2006 Пермь	Салат "Витаминный"	100	1,0	3,3	6,6	60
№110-2004	Свекольник с мясом, сметаной	250/10/5	5,1	5,9	21,0	158
№464-2004	Плов из говядины	300	16,9	21,7	35,7	406
№518-2013	Компот из свежих ягод+Витамин"С"	200	0,2	0,0	19,6	79
	Хлеб пшеничный	30	2,5	0,4	10,8	57
	Хлеб Забайкальский	30	1,4	0,3	13,1	61
<b>Полдник</b>						
№321-2013	Кондитерское изделие	60	3,8	7,4	35,2	223
№260-2004	Молоко питьевое кипяченое 2,5%	200	5,5	5,6	10,0	112
<b>Ужин</b>						
№435-2004	Котлета мясная	100	4,4	11,4	15,1	181
№516-2004	Овощи припущенные	180	4,1	4,8	17,1	127
№493-2013	Чай с сахаром	200	0,6	0,4	33,0	138
	Хлеб пшеничный	30	2,5	0,4	10,8	57
	Хлеб Забайкальский	30	1,4	0,3	13,1	61
<b>Сонник</b>						
№645-1996	Кисломолочный напиток	200	5,8	6,4	18,9	156

Составил и.о. шеф-повар Макарян С.А.

Согласовано:

Директор

МКОУ Тазовская школа-интернат

Грешан А.А.



Утверждаю:

Председатель совета

Тазовского ПО

Ю.Я. Куцуров



**Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 14.05.2022**

День:

суббота

Неделя:

вторая

Сезон:

весна-лето

Возрастная категория:

7-10 лет

№ по сб. рецепт	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
<b>Завтрак</b>						
№1-2004	Бутерброд с маслом	20/10	1,6	7,4	10,0	114
№1/4-2011	каша молочная пшеничная	200	12,7	8,3	26,0	230
№500-2013	Чай с молоком	200	1,8	1,6	16,1	86
	Хлеб Забайкальский	10	0,5	0,1	4,4	20
<b>Обед</b>						
№70-2006 Пермь	Салат "Витаминный"	80	1,0	3,3	6,6	60
№110-2004	Свекольник с мясом, сметаной	250/10/5	5,1	5,9	21,0	158
№464-2004	Плов из говядины	250	16,9	21,7	35,7	406
№518-2013	Компот из свежих ягод+Витамин"С"	200	0,2	0,0	19,6	79
	Хлеб пшеничный	30	2,5	0,4	10,8	57
	Хлеб Забайкальский	30	1,4	0,3	13,1	61
<b>Полдник</b>						
№321-2013	Кондитерское изделие	60	3,8	7,4	35,2	223
№260-2004	Сок в ассортименте	200	5,5	5,6	10,0	112
<b>Ужин</b>						
№435-2004	Котлета мясная	80	4,4	11,4	15,1	181
№516-2004	Овощи припущенные	150	4,1	4,8	17,1	127
№493-2013	Чай с сахаром	200	0,6	0,4	33,0	138
	Хлеб пшеничный	30	2,5	0,4	10,8	57
	Хлеб Забайкальский	30	1,4	0,3	13,1	61
<b>Сонник</b>						
№645-1996	Кисломолочный напиток	200	5,8	6,4	18,9	156

Составил и.о. шеф-повар  Макарян С.А.

Согласовано:

Директор

МКОУ Тазовская школа-интернат

Грешан А.А.



Утверждено:

Председатель совета

Тазовского ПО

Ю.Я. Куцуров



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 15.05.2022

День: воскресенье

Неделя: вторая

Сезон: весна-лето

Возрастная категория: 7-10 лет

№ по сб. рецепт	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
<b>Завтрак</b>						
№3-2004	Бутерброд с сыром	20/20	1,6	7,4	10,0	114
№1/4-2011	Суп молочный с крупой гречневой	200	12,7	8,3	26,0	230
№500-2013	Чай с молоком	200	1,8	1,6	16,1	86
	Хлеб Забайкальский	10	0,5	0,1	4,4	20
<b>Обед</b>						
№70-2006 Пермь	Салат из отварной свеклы	80	1,0	3,3	6,6	60
№110-2004	Суп "Сливочный"	250/30	5,1	5,9	21,0	158
№464-2004	Котлета рыбная "Лада"	80	16,9	21,7	35,7	406
№224-2004	Рис отварной	150	0,2	0,0	19,6	79
№518-2013	Компот из сухофруктов +Витамин "С"	200	0,2	0,0	19,6	79
	Хлеб пшеничный	30	2,5	0,4	10,8	57
	Хлеб Забайкальский	30	1,4	0,3	13,1	61
<b>Полдник</b>						
№321-2013	Кондитерское изделие	80	3,8	7,4	35,2	223
№260-2004	Сок в ассортименте	200	5,5	5,6	10,0	112
<b>Ужин</b>						
№435-2004	Говядина тушенная с капустой	250	4,4	11,4	15,1	181
№493-2013	Чай с сахаром	200	0,6	0,4	33,0	138
	Хлеб пшеничный	30	2,5	0,4	10,8	57
	Хлеб Забайкальский	30	1,4	0,3	13,1	61
<b>Сонник</b>						
№645-1996	Кисломолочный напиток	200	5,8	6,4	18,9	156

Составил и.о. шеф-повар

Макарян С.А.

Согласовано:

Директор

МКОУ Тазовская школа-интернат

Грешан А.А.



Утверждаю:  
Председатель совета  
Тазовского ПО

Ю.Л. Кузуров



Меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд на 15.05.2022

День: воскресенье

Неделя: вторая

Сезон: весна-лето

Возрастная категория: 11-18 лет

№ по сб. рецеп.	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
<b>Завтрак</b>						
№3-2004	Бутерброд с сыром	20/20	1,6	7,4	10,0	114
№1/4-2011	Суп молочный с крупой гречневой	200	12,7	8,3	26,0	230
№500-2013	Чай с молоком	200	1,8	1,6	16,1	86
	Хлеб Забайкальский	10	0,5	0,1	4,4	20
<b>Обед</b>						
№70-2006 Пермь	Салат из отварной свеклы	100	1,0	3,3	6,6	60
№110-2004	Суп "Сливочный"	250/30	5,1	5,9	21,0	158
№464-2004	Котлета рыбная "Лада"	100	16,9	21,7	35,7	406
№224-2004	Рис отварной	180	0,2	0,0	19,6	79
№518-2013	Компот из сухофруктов +Витамин "С"	200	0,2	0,0	19,6	79
	Хлеб пшеничный	30	2,5	0,4	10,8	57
	Хлеб Забайкальский	30	1,4	0,3	13,1	61
<b>Полдник</b>						
№321-2013	Кондитерское изделие	80	3,8	7,4	35,2	223
№260-2004	Сок в ассортименте	200	5,5	5,6	10,0	112
<b>Ужин</b>						
№435-2004	Говядина тушенная с капустой	300	4,4	11,4	15,1	181
№493-2013	Чай с сахаром	200	0,6	0,4	33,0	138
	Хлеб пшеничный	30	2,5	0,4	10,8	57
	Хлеб Забайкальский	30	1,4	0,3	13,1	61
<b>Сонник</b>						
№645-1996	Кисломолочный напиток	200	5,8	6,4	18,9	156

Составил и.о. шеф-повар



Макарян С.А.