

Согласовано:

Директор

МКОУ Тазовская школа-интернат

А.А.Грешан



Утверждаю:

Председатель совета

Тазовского ПО

Ю.Я. Куцуров



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 01.09.2022

День:

четверг

Неделя:

пятая

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	20/15	3,7	4,5	8,2	88
№340-2004	Омлет натуральный с маслом	200	17,9	16,3	1,8	226
№686-2004	Чай с лимоном	200/5	0,1	0,0	15,2	61
	Хлеб пшеничный	40	3,2	8,1	6,5	112
	Хлеб Забайкальский	40	3,3	0,6	14,4	76
<b>Обед</b>						
№10-2001	Нарезка из свежих овощей	80	0,9	5,0	7,2	77
№131-2004	Рассольник с мясом, сметаной	250/10/5	4,3	4,1	14	110
№413-2004	Сосиски, колбаса отварные с маслом	80				
	Макаронные изделия отварные с маслом	150	9,4	17,8	0,9	201
№516-2004	Компот из свежих фруктов	180	5,0	4,7	39,8	221
	Хлеб пшеничный	200	0,2	0,1	29,1	118
	Хлеб ржаной	70	5,7	1,0	25,3	133
<b>ужин</b>						
№2-2004	Рыба запеченная с маслом	80	0,9	5,0	7,2	77
	Пюре картофельное	150	4,3	4,1	14	110
	Чай с сахаром	200				
	Хлеб пшеничный	100	9,4	17,8	0,9	201
<b>сонник</b>						
№2-2004	Кисломолочный напиток	200	0,7	4,0	5,8	62
	Крндитерское изделие	60	0,2	0,1	29,1	118

Составил шеф-повар

Явкаева Л.Р.



Согласовано  
 Директор  
 МКОУ «Тазовская школа-интернат»  
 А.А.Грешан




Утверждаю  
 Председатель совета  
 Тазовского ПО  
 Ю.Я.Куцуров



**Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 01.09.2022**

**День:** четверг  
**Неделя:** пятая  
**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
№340-2004	Омлет натуральный с маслом	200	17,9	16,3	1,8	226
№686-2004	Чай с лимоном	200/5	0,1	0,0	15,2	61
	Хлеб пшеничный	40	3,2	8,1	6,5	112
	Хлеб Забайкальский	40	3,3	0,6	14,4	76
<b>Обед</b>						
№10-2001	Нарезка из свежих овощей	100	0,9	5,0	7,2	77
№131-2004	Рассольник с мясом, сметаной	250/10/5	4,3	4,1	14	110
№413-2004	Сосиски, колбаса отварные с маслом	80				
№516-2004	Макаронные изделия отварные с маслом	180	5,0	4,7	39,8	221
	Компот из свежих фруктов	200	0,2	0,1	29,1	118
	Хлеб пшеничный	200	0,2	0,1	29,1	118
	Хлеб ржаной	70	5,7	1,0	25,3	133
<b>ужин</b>						
№2-2004	Рыба запеченная с маслом	100	0,9	5,0	7,2	77
	Пюре картофельное	180	4,3	4,1	14	110
	Чай с сахаром	200	9,4	17,8	0,9	201
	Хлеб пшеничный	60	9,4	17,8	0,9	201
<b>сонник</b>						
№2-2004	Йогурт в индивидуальной упаковке	100	0,7	4,0	5,8	62

Составил шеф-повар  Явкаева Л.Р.



Согласовано  
 Директор  
 МКОУ Тазовская школа-интернат  
 А.А.Грешант




Утверждаю  
 Председатель совета  
 Тазовского ПО  
 Ю.Я. Куцуров



**Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 02.09.2022**

**День:** пятница  
**Неделя:** пятая  
**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
№340-2004	Каша "Геркулес"	250	17,9	16,3	1,8	226
№686-2004	Какао с молоком	200	0,1	0,0	15,2	61
	Хлеб пшеничный	40	3,2	8,1	6,5	112
	Хлеб Забайкальский	40	3,3	0,6	14,4	76
<b>Обед</b>						
№10-2001	Нарезка из свежих помидоров	80	0,9	5,0	7,2	77
	Суп с рыбными фрикадельками	250/10	4,3	4,1	14	110
№131-2004	Биточек "Солнечный"	80	4,3	4,1	14	110
№413-2004	Рис отварной припущенный	150	9,4	17,8	0,9	201
№516-2004	Компот из свежих ягод+Витамин"С"	200	5,0	4,7	39,8	221
	Хлеб пшеничный	40	0,2	0,1	29,1	118
	Хлеб ржаной	70	5,7	1,0	25,3	133
<b>полдник</b>						
	Фрукты в ассортименте	120				
<b>ужин</b>						
№2-2004	Рагу из птицы	250	0,9	5,0	7,2	77
	Чай с сахаром	200	4,3	4,1	14	110
	Хлеб пшеничный	100	9,4	17,8	0,9	201
<b>сонник</b>						
№2-2004	Кисломолочный напиток	200	0,7	4,0	5,8	62
	Крндитерское изделие	60	0,2	0,1	29,1	118

Составил шеф-повар  Явкаева Л.Р.



Согласовано:  
 Директор  
 МКОУ Тазовская школа-интернат  
 А.А.Грешан



Утверждаю:  
 Председатель совета  
 Тазовского ПО  
 Ю.Я. Куцуров



**Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 02.09.2022**

День: пятница  
 Неделя: пятая  
 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>						
№3-2004	Бутерброд с маслом	20/10	3,7	4,5	8,2	88
№340-2004	Каша "Геркулес"	250	17,9	16,3	1,8	226
№686-2004	Какао с молоком	200	0,1	0,0	15,2	61
	Хлеб пшеничный	40	3,2	8,1	6,5	112
	Хлеб Забайкальский	40	3,3	0,6	14,4	76
<b>Обед</b>						
№10-2001	Нарезка из свежих помидоров	100	0,9	5,0	7,2	77
	Суп с рыбными фрикадельками	250/10	4,3	4,1	14	110
№131-2004	Биточек "Солнечный"	100	4,3	4,1	14	110
№413-2004	Рис отварной припущенный	180	9,4	17,8	0,9	201
№516-2004	Компот из свежих ягод+Витамин"С"	200	5,0	4,7	39,8	221
	Хлеб пшеничный	60	0,2	0,1	29,1	118
	Хлеб ржаной	70	5,7	1,0	25,3	133
<b>полдник</b>						
	Фрукты в ассортименте	120				
<b>ужин</b>						
№2-2004	Рагу из птицы	300	0,9	5,0	7,2	77
	Чай с сахаром	200	4,3	4,1	14	110
	Хлеб пшеничный	100	9,4	17,8	0,9	201
<b>сонник</b>						
№2-2004	Кисломолочный напиток	200	0,7	4,0	5,8	62
	Крндитерское изделие	60	0,2	0,1	29,1	118

Составил шеф-повар  Явкаева Л.Р.

Согласовано:

Директор

МКОУ Тазовская школа-интернат

Грешан А.А.



Утверждаю:

Председатель совета

Тазовского ПО

Ю.Я. Куцуров



**Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 02.09.2022**

День:

пятница

Неделя:

пятая

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>						
№1-2004	Бутерброд с маслом	20/10	1,6	7,4	10,0	114
№311-2004	Каша "Геркулесовая 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	40	1,9	0,4	17,5	81
<b>Обед</b>						
№19-2004	Салат из свежих помидоров	100	0,5	5,2	4,3	66
№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 припущенный	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>						
	Фрукты в ассортименте	120	1,4	0,3	13,1	61

Составил шеф-повар

Явкаева Л.Р.



Согласовано:

Директор

МКОУ Тазовская школа-интернат

Грешан А.А.



Утверждаю:

Председатель совета

Тазовского ПО

Ю.Я. Кудуров



**Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 02.09.2022**

День:

пятница

Неделя:

пятая

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
№311-2004	Каша "Геркулесовая 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	Икра кабачковая	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	15,0	11,4	9,4	201
№512-2004	Рис припущенный	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>						
	Фрукты в ассортименте	120	1,4	0,3	13,1	61

Составил шеф-повар

Явкаева Л.Р.

Согласовано:

Директор

МКОУ Тазовская школа-интернат

Грешан А.А.



Утверждаю:

Председатель совета

Тазовского ПО

Ю.Я. Кудуров



Меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд на 03.09.2022

День:

суббота

Неделя:

пятая

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>						
№2-2004	Бутерброд с джемом	20/20	1,8	0,3	26,4	116
№ 365-2004	Запеканка из творога со сгущенным молоком	170	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	Салат из свежих огурцов и помидоров	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	80/5	11,7	7,9	9,7	157
ТТК	Соте из овощей	200	2,8	8,3	17,2	155
№585-1996	Компот из ябл 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

Составил шеф-повар

Явкаева Л.Р.



Согласовано:

Директор

МКОУ Тазовская школа-интернат

Грешан А.А.



Утверждаю:

Председатель совета

Тазовского ПО

Ю.Я. Куцуров



**Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 03.09.2022**

День:

суббота

Неделя:

пятая

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>						
№2-2004	Бутерброд с джемом	20/20	1,8	0,3	26,4	116
№ 365-2004	Запеканка из творога со сгущенным молоком	170	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	Салат из свежих огурцов и помидоров	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	Котлеты рубленные из птицы с маслом	100	11,7	7,9	9,7	157
ТТК	Соте из овощей	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	40	3,3	0,6	14,4	76
	Хлеб ржаной	30	1,4	0,3	13,1	61
<b>полдник</b>						
	Фрукты в ассортименте	120				

Составил шеф-повар

Явкаева Л.Р.



Согласовано:  
 Директор  
 МКОУ «Тавовская школа-интернат»  
 А.А.Грещан




Утверждаю:  
 Председатель совета  
 Тавовского ПО  
 Ю.Я. Куцуров



**Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 03.09.2022**

День: суббота  
 Неделя: пятая  
 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	20/20	3,7	4,5	8,2	88
№340-2004	Запеканка из творога с сгущенным молоком	200/5	17,9	16,3	1,8	226
№686-2004	Чай с молоком	200/5	0,1	0,0	15,2	61
	Хлеб пшеничный	40	3,2	8,1	6,5	112
	Хлеб Забайкальский	40	3,3	0,6	14,4	76
<b>Обед</b>						
№10-2001	Нарезка из свежих овощей	80	0,9	5,0	7,2	77
№131-2004	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250/10	4,3	4,1	14	110
№413-2004	Котлета натуральная из мяса птицы	80	9,4	17,8	0,9	201
№413-2004	Соте из овощей	150	9,4	17,8	0,9	201
№516-2004	Компот из свежих фруктов	200	5,0	4,7	39,8	221
	Хлеб пшеничный	40	0,2	0,1	29,1	118
	Хлеб ржаной	70	5,7	1,0	25,3	133
<b>полдник</b>						
	Фрукты в ассортименте	120				
<b>ужин</b>						
№2-2004	Гуляш	80	0,9	5,0	7,2	77
	Гречка отварная вязкая	150	4,3	4,1	14	118
	Чай с сахаром	200	4,3	4,1	14	110
	Хлеб пшеничный	100	9,4	17,8	0,9	201
<b>сонник</b>						
№2-2004	Кисломолочный напиток	200	0,7	4,0	5,8	62
	Крндитерское изделие	60	0,2	0,1	29,1	118

Составил шеф-повар  Явкаева Л.Р.



Согласовано:

Директор

МКОУ Тазовская школа-интернат

А.А.Грешан



Утверждаю

Председатель совета

Тазовского ПО

Ю.Я. Куцуфов



**Меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд на 03.09.2022**

День:

суббота

Неделя:

пятая

Сезон:

весна-лето

Возрастная категория:

11-18 лет

№ по сб. рецепт	Наименование блюда	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
<b>Завтрак</b>						
№3-2004	Бутерброд с джемом	20/20	3,7	4,5	8,2	88
№340-2004	Запеканка из творога с сгущенным молоком	200/5	17,9	16,3	1,8	226
№686-2004	Чай с молоком	200/5	0,1	0,0	15,2	61
	Хлеб пшеничный	40	3,2	8,1	6,5	112
	Хлеб Забайкальский	40	3,3	0,6	14,4	76
<b>Обед</b>						
№10-2001	Нарезка из свежих овощей	100	0,9	5,0	7,2	77
№131-2004	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250/10	4,3	4,1	14	110
№413-2004	Котлета натуральная из мяса птицы	100	9,4	17,8	0,9	201
№413-2004	Соте из овощей	180	9,4	17,8	0,9	201
№516-2004	Компот из свежих фруктов	200	5,0	4,7	39,8	221
	Хлеб пшеничный	60	0,2	0,1	29,1	118
	Хлеб ржаной	70	5,7	1,0	25,3	133
<b>полдник</b>						
	Фрукты в ассортименте	120				
<b>ужин</b>						
№2-2004	Гуляш	100	0,9	5,0	7,2	77
	Гречка отварная вязкая	180	4,3	4,1	14	118
	Чай с сахаром	200	4,3	4,1	14	110
	Хлеб пшеничный	100	9,4	17,8	0,9	201
<b>сонник</b>						
№2-2004	Кисломолочный напиток	200	0,7	4,0	5,8	62
	Крндитерское изделие	60	0,2	0,1	29,1	118

Составил шеф-повар

Явкаева Л.Р.



Согласовано  
 Директор  
 МКОУ Тазовская школа-интернат  
 А.А. Грешан



Утверждаю  
 Председатель совета  
 Тазовского ПО  
 Ю.Я. Куцуров



**Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 04.09.2022**

День: воскресенье  
 Неделя: пятая  
 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 маслом	20/10	3,7	4,5	8,2	88
№340-2004	Каша молочная рисовая с маслом	200/5	17,9	16,3	1,8	226
№686-2004	Чай с сахаром	200/5	0,1	0,0	15,2	61
	Хлеб пшеничный	40	3,2	8,1	6,5	112
	Хлеб Забайкальский	40	3,3	0,6	14,4	76
<b>Обед</b>						
№10-2001	Нарезка из свежих овощей	80	0,9	5,0	7,2	77
№131-2004	Суп гороховый с мясом	250/10	4,3	4,1	14	110
№413-2004	Рыба запеченная с маслом	80	9,4	17,8	0,9	201
№413-2004	Картофель отварной с маслом, зеленью	150	9,4	17,8	0,9	201
№516-2004	Компот из свежих фруктов	200	5,0	4,7	39,8	221
	Хлеб пшеничный	60	0,2	0,1	29,1	118
	Хлеб ржаной	70	5,7	1,0	25,3	133
<b>полдник</b>						
	Фрукты в ассортименте	120				
<b>ужин</b>						
№2-2004	Шницель из мяса с маслом	80	0,9	5,0	7,2	77
	Капуста тушеная	150	4,3	4,1	14	118
	Чай с сахаром	200	4,3	4,1	14	110
	Хлеб пшеничный	100	9,4	17,8	0,9	201
<b>сонник</b>						
№2-2004	Кисломолочный напиток	200	0,7	4,0	5,8	62
	Крндитерское изделие	60	0,2	0,1	29,1	118

Составил шеф-повар  Явкаева Л.Р.



Согласовано  
 Директор  
 МКОУ Тазовская школа-интернат  
 А.А.Грешан




Утверждаю  
 Председатель совета  
 Тазовского ПО  
 Ю.Я. Куцуров



**Меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд на 04.09.2022**

День: воскресенье  
 Неделя: пятая  
 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>						
№3-2004	Бутерброд с маслом	20/10	3,7	4,5	8,2	88
№340-2004	Каша молочная рисовая с маслом	200/5	17,9	16,3	1,8	226
№686-2004	Чай с сахаром	200/5	0,1	0,0	15,2	61
	Хлеб пшеничный	40	3,2	8,1	6,5	112
	Хлеб Забайкальский	40	3,3	0,6	14,4	76
<b>Обед</b>						
№10-2001	Нарезка из свежих овощей	100	0,9	5,0	7,2	77
№131-2004	Суп гороховый с мясом	250/10	4,3	4,1	14	110
№413-2004	Рыба запеченная с маслом	100	9,4	17,8	0,9	201
№413-2004	Картофель отварной с маслом, зеленью	180	9,4	17,8	0,9	201
№516-2004	Компот из свежих фруктов	200	5,0	4,7	39,8	221
	Хлеб пшеничный	60	0,2	0,1	29,1	118
	Хлеб ржаной	70	5,7	1,0	25,3	133
<b>полдник</b>						
	Фрукты в ассортименте	120				
<b>ужин</b>						
№2-2004	Шницель из мяса с маслом	100	0,9	5,0	7,2	77
	Капуста тушеная	180	4,3	4,1	14	118
	Чай с сахаром	200	4,3	4,1	14	110
	Хлеб пшеничный	100	9,4	17,8	0,9	201
<b>сонник</b>						
№2-2004	Кисломолочный напиток	200	0,7	4,0	5,8	62
	Крндитерское изделие	60	0,2	0,1	29,1	118

Составил шеф-повар  Явкаева Л.Р.



Согласовано:

Директор

МКОУ Тазовская школа-интернат

Грешан А.А.



Утверждаю:

Председатель совета

Тазовского ПО

Ю.Я. Куцуров



**Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 05.09.2022**

День:

понедельник

Неделя:

первая

№ 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	20/10	4,8	8,5	8,4	129
№311-2004	Каша рисовая 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 свежих огурцов	100	1,6	5,0	8,2	84
№139-2004	Суп гороховый с мясом гренками	250/20/10	9,1	4,8	30,2	200
	Рыба запеченная с маслом	100/5	15,7	10,2	0,8	158
№203-2004	Картофель отварной с маслом зеленью	180	2,9	3,6	24,5	142
№638-2004	Компот из сухофруктов Витамин С	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	120				

Составил шеф-повар

Явкаева Л.Р.

Согласовано:

Директор

МКОУ Тазовская школа-интернат

Грешан А.А.



Утверждаю:

Председатель совета

Тазовского ПО

Ю.Я. Кудуров



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 05.09.2022

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>						
№1,3-2004	Бутерброд с маслом	20/10	4,8	8,5	8,4	129
№311-2004	Каша рисовая 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 свежих огурцов	100	1,3	4,0	6,6	68
№139-2004	Суп гороховый с мясом гренками	250/20/10	9,1	4,8	30,2	200
	Рыба запеченная с маслом	80	15,7	10,2	0,8	158
№203-2004	Картофель отварной с маслом зеленью	100	2,4	3,2	20,5	120
№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>						
	Фрукты в ассортименте	120				

Составил шеф-повар

Явкаева Л.Р.