

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



Утверждаю:
 Председатель совета
 Тазовского ПО
 Ю.Я. Кудуров



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 05.10.2022

День: среда
 Неделя: вторая
 Сезон: осень-зима
 Возрастная категория: 7-10лет

| № по сб. рецепт | Наименование блюда | Выход в граммах | Белки, гр. | Жиры, гр. | Углеводы, гр. | Эн. Ценность Ккалорий |
|-----------------|--------------------------------------|-----------------|------------|-----------|---------------|-----------------------|
| Завтрак | | | | | | |
| №1-2004 | Бутерброд с сыром | 20/15 | 1,6 | 7,4 | 10,0 | 114 |
| №311-2004 | Каша пшенная с маслом | 200/5 | 8,1 | 8,6 | 27,8 | 221 |
| №642-1996 | Чай с молоком | 200 | 3,9 | 3,7 | 19,4 | 127 |
| | Хлеб ржаной | 15 | 0,7 | 0,2 | 6,6 | 30 |
| Обед | | | | | | |
| №43-2004 | Нарезка из свежих овощей | 80 | 1,3 | 4,0 | 4,7 | 60 |
| №142-2004 | Суп с крупой, с курицей | 250/10 | 10,8 | 8,6 | 15,2 | 181 |
| №443-1996 | Жаркое по домашнему | 250 | 11,5 | 13,5 | 16,2 | 232 |
| №357-2002 | Компот из свежих ягод+ Витамин С | 200 | 0,1 | 0,0 | 17,3 | 70 |
| | Хлеб пшеничный | 70 | 2,4 | 0,5 | 21,9 | 101 |
| | Хлеб ржаной | 50 | 2,4 | 0,5 | 21,9 | 101 |
| полдник | | | | | | |
| | Фрукты в ассортименте | 120 | | | | |
| ужин | | | | | | |
| №2-2004 | Сосиска, колбаса отварные с маслрм | 80 | 0,9 | 5,0 | 7,2 | 77 |
| №142-2004 | Макаронные изделия отварные с маслом | 150 | 10,8 | 8,6 | 15,2 | 181 |
| | Чай с сахаром | 200 | 4,3 | 4,1 | 14 | 110 |
| | Хлеб пшеничный | 100 | 9,4 | 17,8 | 0,9 | 201 |
| сонник | | | | | | |
| №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. Куцуков



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 05.10.2022

День: среда
Неделя: вторая
Сезон: осень-зима
Возрастная категория: 7-10лет

| № по сб. рецепт | Наименование блюд | Выход в граммах | Белки, гр. | Жиры, гр. | Углеводы, гр. | Эн. Ценность Ккалорий |
|-----------------|--------------------------------------|-----------------|------------|-----------|---------------|-----------------------|
| Завтрак | | | | | | |
| №1-2004 | Бутерброд с сыром | 20/15 | 1,6 | 7,4 | 10,0 | 114 |
| №311-2004 | Каша пшенная с маслом | 200/5 | 8,1 | 8,6 | 27,8 | 221 |
| №642-1996 | Чай с молоком | 200 | 3,9 | 3,7 | 19,4 | 127 |
| | Хлеб ржаной | 15 | 0,7 | 0,2 | 6,6 | 30 |
| Обед | | | | | | |
| №43-2004 | Нарезка из свежих овощей | 80 | 1,3 | 4,0 | 4,7 | 60 |
| №142-2004 | Суп с крупой, с курицей | 250/10 | 10,8 | 8,6 | 15,2 | 181 |
| №443-1996 | Жаркое по домашнему | 250 | 11,5 | 13,5 | 16,2 | 232 |
| №357-2002 | Компот из свежих ягод+ Витамин С | 200 | 0,1 | 0,0 | 17,3 | 70 |
| | Хлеб пшеничный | 70 | 2,4 | 0,5 | 21,9 | 101 |
| | Хлеб ржаной | 50 | 2,4 | 0,5 | 21,9 | 101 |
| полдник | | | | | | |
| | Фрукты в ассортименте | 120 | | | | |
| ужин | | | | | | |
| №2-2004 | Сосиска, колбаса отварные с маслрм | 80 | 0,9 | 5,0 | 7,2 | 77 |
| №142-2004 | Макаронные изделия отварные с маслом | 150 | 10,8 | 8,6 | 15,2 | 181 |
| | Чай с сахаром | 200 | 4,3 | 4,1 | 14 | 110 |
| | Хлеб пшеничный | 100 | 9,4 | 17,8 | 0,9 | 201 |
| сонник | | | | | | |
| №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. Кудуров



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 06.10.2022

День:

четверг

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 |
|-----------------|--|-----------------|------------|-----------|---------------|-----------------------|
| Завтрак | | | | | | |
| №3-2004 | Бутерброд с маслом | 20/10 | 3,7 | 4,5 | 8,2 | 88 |
| №340-2004 | Омлет натуральный с маслом | 180 | 15,3 | 14,6 | 1,5 | 199 |
| №686-2004 | Какао с молоком | 200/5 | 0,1 | 0,0 | 15,2 | 61 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 3,3 | 0,6 | 14,4 | 76 |
| | Хлеб Забайкальский | 30 | 1,4 | 0,3 | 13,1 | 61 |
| Обед | | | | | | |
| №10-2001 | Нарезка из свежих помидоров | 80 | 0,7 | 4,0 | 5,8 | 62 |
| №131-2004 | Щи из свежей капусты с мясом, сметаной | 250/10/5 | 4,3 | 4,1 | 14,0 | 110 |
| №413-2004 | Курица запеченная с маслом | 80 | 8,2 | 13,5 | 0,7 | 157 |
| №413-2004 | Овощи припущенные | 150 | 8,2 | 13,5 | 0,7 | 157 |
| | Компот из свежих фруктов+Витамин "С" | 200 | 0,2 | 0,1 | 29,1 | 118 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 3,3 | 0,6 | 14,4 | 76 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 1,4 | 0,3 | 13,1 | 61 |
| ужин | | | | | | |
| №2-2004 | Запеканка картофельная с мясом | 250 | 0,7 | 4,0 | 5,8 | 62 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,1 | 29,1 | 118 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 3,3 | 0,6 | 14,4 | 76 |
| сонник | | | | | | |
| №2-2004 | Кисломолочный напиток | 250 | 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



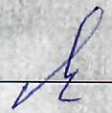
Утверждаю:
 Председатель совета
 Тазовского ПО
 Ю.Я. Куцуров



Меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд на 07.10.2022

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

| № по сб. рецепт | Наименование блюда | Выход в граммах | Белки, гр. | Жиры, гр. | Углеводы, гр. | Эн. Ценность Ккалорий |
|-----------------|----------------------------------|-----------------|------------|-----------|---------------|-----------------------|
| Завтрак | | | | | | |
| №3-2004 | Бутерброд с сыром | 20/15 | 3,7 | 4,5 | 8,2 | 88 |
| №340-2004 | Суп моолочный с крупой | 250 | 15,3 | 14,6 | 1,5 | 199 |
| №606-2004 | Чай с сахаром | 200/5 | 0,1 | 0,0 | 15,2 | 61 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 3,3 | 0,6 | 14,4 | 76 |
| | Хлеб Забайкальский | 30 | 1,4 | 0,3 | 13,1 | 61 |
| Обед | | | | | | |
| №10-2001 | Нарезка из свежих овощей | 80 | 0,7 | 4,0 | 5,8 | 62 |
| №131-2004 | Суп рыбный | 250/30 | 4,3 | 4,1 | 14,0 | 110 |
| №413-2004 | Котлеты из мяса с маслом | 80 | 8,2 | 13,5 | 0,7 | 157 |
| | Капуста тушеная | 150 | 0,2 | 0,1 | 29,1 | 118 |
| | Компот из свежих фруктов | 200 | 0,2 | 0,1 | 29,1 | 118 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 3,3 | 0,6 | 14,4 | 76 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 1,4 | 0,3 | 13,1 | 61 |
| ужин | | | | | | |
| №2-2004 | Говядина духовая "Летняя" | 250 | 0,7 | 4,0 | 5,8 | 62 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,1 | 29,1 | 118 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 3,3 | 0,6 | 14,4 | 76 |
| сонник | | | | | | |
| №2-2004 | Йогурт в индивидуальной упаковке | | | | | |

Составил шеф-повар  Явкаева Л.Р.

Согласовано:

Директор

МКОУ Тазовская школа-интернат

А.А.Грешан



Утверждаю:

Председатель совета

Тазовского ГО

Ю.Я. Куцуров



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 07.10.2022

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 |
|-----------------|----------------------------------|-----------------|------------|-----------|---------------|-----------------------|
| Завтрак | | | | | | |
| №3-2004 | Бутерброд с сыром | 20/15 | 3,7 | 4,5 | 8,2 | 88 |
| №340-2004 | Суп моолочный с крупой | 250 | 15,3 | 14,6 | 1,5 | 199 |
| №686-2004 | Чай с сахаром | 200/5 | 0,1 | 0,0 | 15,2 | 61 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 3,3 | 0,6 | 14,4 | 76 |
| | Хлеб Забайкальский | 30 | 1,4 | 0,3 | 13,1 | 61 |
| Обед | | | | | | |
| №10-2001 | Нарезка из свежих овощей | 80 | 0,7 | 4,0 | 5,8 | 62 |
| №131-2004 | Суп рыбный | 250/30 | 4,3 | 4,1 | 14,0 | 110 |
| №413-2004 | Котлеты из мяса с маслом | 80 | 8,2 | 13,5 | 0,7 | 157 |
| | Капуста тушеная | 150 | 0,2 | 0,1 | 29,1 | 118 |
| | Компот из свежих фруктов | 200 | 0,2 | 0,1 | 29,1 | 118 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 3,3 | 0,6 | 14,4 | 76 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 1,4 | 0,3 | 13,1 | 61 |
| ужин | | | | | | |
| №2-2004 | Говядина духовая "Летняя" | 250 | 0,7 | 4,0 | 5,8 | 62 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,1 | 29,1 | 118 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 3,3 | 0,6 | 14,4 | 76 |
| сонник | | | | | | |
| №2-2004 | Йогурт в индивидуальной упаковке | | | | | |

Составил шеф-повар  Явкаева Л.Р.

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



Утверждаю:
Председатель Совета
Тазовского ПО
Ю.Я. Куцуров



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 08.10.2022

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 |
|-----------------|---|-----------------|------------|-----------|---------------|-----------------------|
| Завтрак | | | | | | |
| №3-2004 | Бутерброд с сыром | 20/15 | 3,7 | 4,5 | 8,2 | 88 |
| №340-2004 | Запеканка рисовая с творогом, с молоком сгущенным | 200/5 | 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 |
| Обед | | | | | | |
| №10-2001 | Салат "Венгерский" | 80 | 0,9 | 5,0 | 7,2 | 77 |
| №131-2004 | Борщ из свежей капусты с мясом, сметаной | 250/10/5 | 4,3 | 4,1 | 14 | 110 |
| №413-2004 | Колбаса, сосиски отварные с маслом | 80 | 9,4 | 17,8 | 0,9 | 201 |
| | 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 |
| ужин | | | | | | |
| №2-2004 | Шницель рыбный натуральный | 80 | 0,9 | 5,0 | 7,2 | 77 |
| №2-2004 | Картофель отварной с маслом, зеленью | 150 | 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 |
| сонник | | | | | | |
| №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.П.

Согласовано:

Директор

МКОУ Тазовская школа-интернат

А.А.Грешан



Утверждаю:

Председатель совета

Тазовского ПО

Ю.Я. Куцуров



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 09.10.2022

День:

воскресенье

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 |
|-----------------|-----------------------------------|-----------------|------------|-----------|---------------|-----------------------|
| Завтрак | | | | | | |
| №3-2004 | Бутерброд с маслом | 20/10 | 3,7 | 4,5 | 8,2 | 88 |
| №340-2004 | Каша кукурузная с маслом,молочная | 200/5 | 17,9 | 16,3 | 1,8 | 226 |
| №686-2004 | Какао 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 |
| Обед | | | | | | |
| №10-2001 | Нарезка из свежих помидоров | 100 | 0,9 | 5,0 | 7,2 | 77 |
| №131-2004 | Суп картофельный с мясом | 250/10 | 4,3 | 4,1 | 14 | 110 |
| | Мясные мячики | 100 | 9,4 | 17,8 | 0,9 | 201 |
| №413-2004 | Овощное рагу | 180 | 9,4 | 17,8 | 0,9 | 201 |
| №516-2004 | Компот из свежих фруктов | 180 | 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 |
| ужин | | | | | | |
| №2-2004 | "Курочка ряба" | 300 | 0,9 | 5,0 | 7,2 | 77 |
| | Чай с сахаром | 200 | 4,3 | 4,1 | 14 | 110 |
| | Хлеб пшеничный | 50 | 9,4 | 17,8 | 0,9 | 201 |
| сонник | | | | | | |
| №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. Кушуров



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 09.10.2022

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 |
|-----------------|------------------------------------|-----------------|------------|-----------|---------------|-----------------------|
| Завтрак | | | | | | |
| №3-2004 | Бутерброд с маслом | 20/10 | 3,7 | 4,5 | 8,2 | 88 |
| №340-2004 | Каша кукурузная с маслом, молочная | 200/5 | 17,9 | 16,3 | 1,8 | 226 |
| №686-2004 | Какао 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 |
| Обед | | | | | | |
| №10-2001 | Нарезка из свежих помидоров | 80 | 0,9 | 5,0 | 7,2 | 77 |
| №131-2004 | Суп картофельный с мясом | 250/10 | 4,3 | 4,1 | 14 | 110 |
| | Мясные мячики | 80 | 9,4 | 17,8 | 0,9 | 201 |
| №413-2004 | Овощное рагу | 150 | 9,4 | 17,8 | 0,9 | 201 |
| №516-2004 | Компот из свежих фруктов | 200 | 5,0 | 4,7 | 39,8 | 221 |
| | Хлеб пшеничный | 50 | 0,2 | 0,1 | 29,1 | 118 |
| | Хлеб ржаной | 70 | 5,7 | 1,0 | 25,3 | 133 |
| ужин | | | | | | |
| №2-2004 | "Курочка ряба" | 250 | 0,9 | 5,0 | 7,2 | 77 |
| | Чай с сахаром | 200 | 4,3 | 4,1 | 14 | 110 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 9,4 | 17,8 | 0,9 | 201 |
| сонник | | | | | | |
| №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 10.10.2022

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

| № по сб. рецепт | Наименование блюд | Выход в граммах | Белки, гр. | Жиры, гр. | Углеводы, гр. | Эн. Ценность Ккалорий |
|-----------------|-----------------------------------|-----------------|------------|-----------|---------------|-----------------------|
| Завтрак | | | | | | |
| №3-2004 | Бутерброд с маслом | 20/10 | 3,7 | 4,5 | 8,2 | 88 |
| №340-2004 | Каша молочная кукурузная с маслом | 200 | 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 |
| Обед | | | | | | |
| №10-2001 | Нарезка из свежих овощей | 80 | 0,9 | 5,0 | 7,2 | 77 |
| №131-2004 | Суп картофельный с мясом | 250/10 | 4,3 | 4,1 | 14 | 110 |
| | Мясные мячики | 80 | 9,4 | 17,8 | 0,9 | 201 |
| №413-2004 | Овощное рагу | 150 | 9,4 | 17,8 | 0,9 | 201 |
| №516-2004 | Компот из свежих фруктов | 180 | 5,0 | 4,7 | 39,8 | 221 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 0,2 | 0,1 | 29,1 | 118 |
| | Хлеб ржаной | 60 | 5,7 | 1,0 | 25,3 | 133 |
| ужин | | | | | | |
| №2-2004 | "Курочка ряба" | 250 | 0,9 | 5,0 | 7,2 | 77 |
| | Чай с сахаром | 200 | 4,3 | 4,1 | 14 | 110 |
| | Хлеб пшеничный | 60 | 9,4 | 17,8 | 0,9 | 201 |
| сонник | | | | | | |
| №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



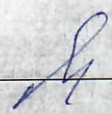
Утверждаю:
Председатель совета
Тазовского
потребительского
общества
Ю.Я.Куцуров



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 10.10.2022

День: понедельник
Неделя: 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 |
|-----------------|-----------------------------------|-----------------|------------|-----------|---------------|-----------------------|
| Завтрак | | | | | | |
| №3-2004 | Бутерброд с маслом | 20/10 | 3,7 | 4,5 | 8,2 | 88 |
| №340-2004 | Каша молочная кукурузная с маслом | 200 | 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 |
| Обед | | | | | | |
| №10-2001 | Нарезка из свежих овощей | 100 | 0,9 | 5,0 | 7,2 | 77 |
| №131-2004 | Суп картофельный с мясом | 250/10 | 4,3 | 4,1 | 14 | 110 |
| | Мясные мячики | 100 | 9,4 | 17,8 | 0,9 | 201 |
| №413-2004 | Овощное рагу | 180 | 9,4 | 17,8 | 0,9 | 201 |
| №516-2004 | Компот из свежих фруктов | 180 | 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 |
| ужин | | | | | | |
| №2-2004 | "Курочка ряба" | 300 | 0,9 | 5,0 | 7,2 | 77 |
| | Чай с сахаром | 200 | 4,3 | 4,1 | 14 | 110 |
| | Хлеб пшеничный | 60 | 9,4 | 17,8 | 0,9 | 201 |
| сонник | | | | | | |
| №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 11.10.2022

День:

вторник

Неделя:

третья

Сезон:

весна-лето

Возрастная категория:

11-18лет

| № по сб. рецепт | Наименование блюда | Выход в граммах | Белки, гр. | Жиры, гр. | Углеводы, гр. | Эн. Ценность Ккалорий |
|-----------------|--------------------------------------|-----------------|------------|-----------|---------------|-----------------------|
| Завтрак | | | | | | |
| №3-2004 | Бутерброд с маслом | 20/15 | 3,7 | 4,5 | 8,2 | 88 |
| №340-2004 | Суп молочный с макаронными изделиями | 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 |
| Обед | | | | | | |
| №10-2001 | Нарезка из свежих овощей | 100 | 0,9 | 5,0 | 7,2 | 77 |
| №131-2004 | Суп с рыбными консервами | 250/30 | 4,3 | 4,1 | 14 | 110 |
| | Курица запеченная с маслом | 100 | 9,4 | 17,8 | 0,9 | 201 |
| | Пюре картофельное | 180 | 9,4 | 17,8 | 0,9 | 201 |
| №516-2004 | Компот из свежих фруктов | 180 | 5,0 | 4,7 | 39,8 | 221 |
| | Хлеб пшеничный | 50 | 0,2 | 0,1 | 29,1 | 118 |
| | Хлеб ржаной | 60 | 5,7 | 1,0 | 25,3 | 133 |
| ужин | | | | | | |
| | Биточки из мяса | 100 | 0,9 | 5,0 | 7,2 | 77 |
| №2-2004 | Гречка отварная вязкая | 180 | 0,9 | 5,0 | 7,2 | 77 |
| | Чай с сахаром | 200 | 4,3 | 4,1 | 14 | 110 |
| | Хлеб пшеничный | 50 | 9,4 | 17,8 | 0,9 | 201 |
| сонник | | | | | | |
| №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 12.10.2022

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

| № по сб. рецепт | Наименование блюд | Выход в граммах | Белки, гр. | Жиры, гр. | Углеводы, гр. | Эн. Ценность Ккалорий |
|-----------------|------------------------------|-----------------|------------|-----------|---------------|-----------------------|
| Завтрак | | | | | | |
| №3-2004 | Бутерброд с сыром | 20/15 | 3,7 | 4,5 | 8,2 | 88 |
| №340-2004 | Суфле творожное с джемом | 200 | 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 |
| Обед | | | | | | |
| №10-2001 | Салат "Витаминный" | 80 | 0,9 | 5,0 | 7,2 | 77 |
| №131-2004 | Свекольник с мясом, сметаной | 250/10/5 | 4,3 | 4,1 | 14 | 110 |
| №413-2004 | Плов из мяса птицы | 250 | 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 |
| ужин | | | | | | |
| | Клецки с мясом | 80 | 0,9 | 5,0 | 7,2 | 77 |
| №2-2004 | Овощи припущенные | 150 | 0,9 | 5,0 | 7,2 | 77 |
| | Чай с сахаром | 200 | 4,3 | 4,1 | 14 | 110 |
| | Хлеб пшеничный | 50 | 9,4 | 17,8 | 0,9 | 201 |
| сонник | | | | | | |
| №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 12.10.2022

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

| № по сб. рецепт | Наименование блюд | Выход в граммах | Белки, гр. | Жиры, гр. | Углеводы, гр. | Эн. Ценность Ккалорий |
|-----------------|------------------------------|-----------------|------------|-----------|---------------|-----------------------|
| Завтрак | | | | | | |
| №3-2004 | Бутерброд с сыром | 20/15 | 3,7 | 4,5 | 8,2 | 88 |
| №340-2004 | Суфле творожное с джемом | 200 | 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 |
| Обед | | | | | | |
| №10-2001 | Салат "Витаминный" | 100 | 0,9 | 5,0 | 7,2 | 77 |
| №131-2004 | Свекольник с мясом, сметаной | 250/10/5 | 4,3 | 4,1 | 14 | 110 |
| №413-2004 | Плов из мяса птицы | 300 | 9,4 | 17,8 | 0,9 | 201 |
| №516-2004 | Компот из свежих фруктов | 200 | 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 |
| ужин | | | | | | |
| | Клецки с мясом | 100 | 0,9 | 5,0 | 7,2 | 77 |
| №2-2004 | Овощи припущенные | 180 | 0,9 | 5,0 | 7,2 | 77 |
| | Чай с сахаром | 200 | 4,3 | 4,1 | 14 | 110 |
| | Хлеб пшеничный | 50 | 9,4 | 17,8 | 0,9 | 201 |
| сонник | | | | | | |
| №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. Кузуров



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 13.10.2022

День: четверг
Неделя: третья
Сезон: весна-лето
Возрастная категория: 7-10лет

| № по сб. рецепт | Наименование блюд | Выход в граммах | Белки, гр. | Жиры, гр. | Углеводы, гр. | Эн. Ценность Ккалорий |
|-----------------|-------------------------------------|-----------------|------------|-----------|---------------|-----------------------|
| Завтрак | | | | | | |
| №3-2004 | Бутерброд с джемом | 20/15 | 3,7 | 4,5 | 8,2 | 88 |
| №340-2004 | Каша манная молочная с маслом | 200 | 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 |
| Обед | | | | | | |
| №10-2001 | Нарезка из свежих овощей | 80 | 0,9 | 5,0 | 7,2 | 77 |
| №131-2004 | Суп "Сливочный" | 250/10 | 4,3 | 4,1 | 14 | 110 |
| №413-2004 | Котлета рыбная "Лада" | 80 | | | | |
| | Картофель отварной с маслом,зеленью | 150 | 9,4 | 17,8 | 0,9 | 201 |
| №516-2004 | Компот из кураги+Витамин"С" | 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 |
| ужин | | | | | | |
| №2-2004 | Говядина тушенная с капустой | 250 | 0,9 | 5,0 | 7,2 | 77 |
| | Чай с сахаром | 200 | | | | |
| | Хлеб пшеничный | 100 | 9,4 | 17,8 | 0,9 | 201 |
| сонник | | | | | | |
| №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 13.10.2022

День:

четверг

Неделя:

третья

Сезон:

весна-лето

Возрастная категория:

7-10лет

| № по сб. рецепт | Наименование блюд | Выход в граммах | Белки, гр. | Жиры, гр. | Углеводы, гр. | Эн. Ценность Ккалорий |
|-----------------|--------------------------------------|-----------------|------------|-----------|---------------|-----------------------|
| Завтрак | | | | | | |
| №3-2004 | Бутерброд с джемом | 20/15 | 3,7 | 4,5 | 8,2 | 88 |
| №340-2004 | Каша манная молочная с маслом | 200 | 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 |
| Обед | | | | | | |
| №10-2001 | Нарезка из свежих овощей | 80 | 0,9 | 5,0 | 7,2 | 77 |
| №131-2004 | Суп "Сливочный" | 250/10 | 4,3 | 4,1 | 14 | 110 |
| №413-2004 | Котлета рыбная "Лада" | 80 | | | | |
| | Картофель отварной с маслом, зеленью | 150 | 9,4 | 17,8 | 0,9 | 201 |
| №516-2004 | Компот из кураги+Витамин "С" | 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 |
| ужин | | | | | | |
| №2-2004 | Говядина тушенная с капустой | 250 | 0,9 | 5,0 | 7,2 | 77 |
| | Чай с сахаром | 200 | | | | |
| | Хлеб пшеничный | 100 | 9,4 | 17,8 | 0,9 | 201 |
| сонник | | | | | | |
| №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

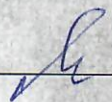
Ю.Я. Кудуров



Меню и пищевая ценностьготавливаемых блюд на 14.10.2022

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

| № по сб. рецепт | Наименование блюд | Выход в граммах | Белки, гр. | Жиры, гр. | Углеводы, гр. | Эн. Ценность Ккалорий |
|-----------------|--------------------------------------|-----------------|------------|-----------|---------------|-----------------------|
| Завтрак | | | | | | |
| №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 | 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 |
| Обед | | | | | | |
| №10-2001 | Нарезка из свежих огурцов | 80 | 0,9 | 5,0 | 7,2 | 77 |
| | Рассольник с мясом, сметаной | 250/10/5 | 4,3 | 4,1 | 14 | 110 |
| №131-2004 | Сосиски, колбаса отварные с соусом | 80 | 4,3 | 4,1 | 14 | 110 |
| №413-2004 | Макаронные изделия отварные с маслом | 150 | 9,4 | 17,8 | 0,9 | 201 |
| №516-2004 | Компот из сухофруктов+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 |
| полдник | | | | | | |
| | Фрукты в ассортименте | 120 | | | | |
| ужин | | | | | | |
| | Рыба запеченная с маслом | 80 | 0,9 | 5,0 | 7,2 | 77 |
| №2-2004 | Пюре картофельное | 150 | 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 |
| сонник | | | | | | |
| №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. Буцуров



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 14.10.2022

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

| № по сб. рецепт | Наименование блюд | Выход в граммах | Белки, гр. ... | Жиры, гр. | Углеводы, гр. | Эн. Ценность Ккалорий |
|-----------------|--------------------------------------|-----------------|----------------|-----------|---------------|-----------------------|
| Завтрак | | | | | | |
| №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 | 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 |
| Обед | | | | | | |
| №10-2001 | Нарезка из свежих огурцов | 100 | 0,9 | 5,0 | 7,2 | 77 |
| | Рассольник с мясом, сметаной | 250/10/5 | 4,3 | 4,1 | 14 | 110 |
| №131-2004 | Сосиски, колбаса отварные с соусом | 100 | 4,3 | 4,1 | 14 | 110 |
| №413-2004 | Макаронные изделия отварные с маслом | 180 | 9,4 | 17,8 | 0,9 | 201 |
| №516-2004 | Компот из сухофруктов+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 |
| полдник | | | | | | |
| | Фрукты в ассортименте | 120 | | | | |
| ужин | | | | | | |
| | Рыба запеченная с маслом | 100 | 0,9 | 5,0 | 7,2 | 77 |
| №2-2004 | Пюре картофельное | 180 | 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 |
| сонник | | | | | | |
| №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.П.

Согласовано:

Директор

МКОУ Тазовская школа-интернат

А.А.Грешан



Утверждаю:

Председатель совета

Тазовского ПО

Ю.Я. Куцуров



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 15.10.2022

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

| № по сб. рецепт | Наименование блюда | Выход в граммах | Белки, гр. | Жиры, гр. | Углеводы, гр. | Эн. Ценность Ккалорий |
|-----------------|--|-----------------|------------|-----------|---------------|-----------------------|
| Завтрак | | | | | | |
| №3-2004 | Бутерброд с маслом | 20/20 | 3,7 | 4,5 | 8,2 | 88 |
| №340-2004 | Каша "Геркулес" с маслом | 200/5 | 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 |
| Обед | | | | | | |
| №10-2001 | Нарезка из свежих овощей | 80 | 0,9 | 5,0 | 7,2 | 77 |
| №131-2004 | Суп картофельный с рыбными фрикадельками | 250/30 | 4,3 | 4,1 | 14 | 110 |
| №413-2004 | Биточек "Солнечный" | 80 | 9,4 | 17,8 | 0,9 | 201 |
| №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 |
| полдник | | | | | | |
| | Фрукты в ассортименте | 120 | | | | |
| ужин | | | | | | |
| №2-2004 | Рагу из мяса 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 |
| сонник | | | | | | |
| №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. Кудуров



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 16.10.2022

День:

воскресенье

Неделя:

третья

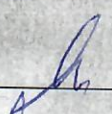
Сезон:

весна-лето

Возрастная категория:

7-10лет

| № по сб. рецепт | Наименование блюд | Выход в граммах | Белки, гр. | Жиры, гр. | Углеводы, гр. | Эн. Ценность Ккалорий |
|-----------------|---|-----------------|------------|-----------|---------------|-----------------------|
| Завтрак | | | | | | |
| №3-2004 | Бутерброд с джемом | 20/20 | 3,7 | 4,5 | 8,2 | 88 |
| №340-2004 | Запеканка творожная с молоком сгущенным | 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 |
| Обед | | | | | | |
| №10-2001 | Нарезка из свежих овощей | 80 | 0,9 | 5,0 | 7,2 | 77 |
| №131-2004 | Суп с мясными фрикадельками | 250/30 | 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 яблок+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 |
| полдник | | | | | | |
| | Фрукты в ассортименте | 120 | | | | |
| ужин | | | | | | |
| №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 |
| сонник | | | | | | |
| №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. Куцунов



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 17.10.2022

День: понедельник

Неделя: четвертая

Сезон: осень-зима

Возрастная категория: 7-10лет

| № по сб. рецепт | Наименование блюда | Выход в граммах | Белки, гр. | Жиры, гр. | Углеводы, гр. | Эн. Ценность Ккалорий |
|-----------------|----------------------------------|-----------------|------------|-----------|---------------|-----------------------|
| Завтрак | | | | | | |
| №96-2004 | Сыр | 15 | 0,1 | 7,3 | 0,1 | 67 |
| №686-2004 | Хлеб пшеничный | 20 | 1,6 | 0,3 | 7,2 | 38 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 1,4 | 0,3 | 13,1 | 61 |
| ТТК | Каша рисовая с маслом | 200/5 | 9,1 | 9,3 | 28,6 | 235 |
| №685-2004 | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,0 | 20,4 | 82 |
| Обед | | | | | | |
| №101-2004 | Нарезка из свежих помидоров | 80 | 1,5 | 4,4 | 7,3 | 75 |
| №139-2004 | Суп гороховый с мясом | 250/10 | 9,1 | 4,8 | 30,2 | 200 |
| №388-2004 | Рыба запеченная с маслом | 80 | 13,6 | 8,7 | 18,1 | 205 |
| №482-1996 | Пюре картофельное | 150 | 4,5 | 8,3 | 19,3 | 170 |
| №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 |
| полдник | | | | | | |
| | Фрукты в ассортименте | 120 | | | | |
| ужин | | | | | | |
| №2-2004 | Шницель из мяса | 80 | 0,9 | 5,0 | 7,2 | 77 |
| | Капуста тушеная | 150 | 4,3 | 4,1 | 14 | 110 |
| | Чай с сахаром | 200 | 4,3 | 4,1 | 14 | 110 |
| | Хлеб пшеничный | 50 | 9,4 | 17,8 | 0,9 | 201 |
| сонник | | | | | | |
| №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 ГО

Ю.Я. Куцуров



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 17.10.2022

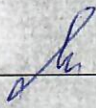
День: понедельник

Неделя: четвертая

Сезон: осень-зима

Возрастная категория: 11-18лет

| № по сб. рецепт | Наименование блюда | Выход в граммах | Белки, гр. | Жиры, гр. | Углеводы, гр. | Эн. Ценность Ккалорий |
|-----------------|----------------------------------|-----------------|------------|-----------|---------------|-----------------------|
| Завтрак | | | | | | |
| №96-2004 | Сыр | 15 | 0,1 | 7,3 | 0,1 | 67 |
| №686-2004 | Хлеб пшеничный | 20 | 1,6 | 0,3 | 7,2 | 38 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 1,4 | 0,3 | 13,1 | 61 |
| ТТК | Каша рисовая с маслом | 200/5 | 9,1 | 9,3 | 28,6 | 235 |
| №685-2004 | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,0 | 20,4 | 82 |
| Обед | | | | | | |
| №101-2004 | Нарезка из свежих помидоров | 100 | 1,5 | 4,4 | 7,3 | 75 |
| №139-2004 | Суп гороховый с мясом | 250/10 | 9,1 | 4,8 | 30,2 | 200 |
| №388-2004 | Рыба запеченная с маслом | 100 | 13,6 | 8,7 | 18,1 | 205 |
| №482-1996 | Пюре картофельное | 180 | 4,5 | 8,3 | 19,3 | 170 |
| №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 |
| полдник | | | | | | |
| | Фрукты в ассортименте | 120 | | | | |
| ужин | | | | | | |
| №2-2004 | Шницель из мяса | 100 | 0,9 | 5,0 | 7,2 | 77 |
| | Капуста тушеная | 180 | 4,3 | 4,1 | 14 | 110 |
| | Чай с сахаром | 200 | 4,3 | 4,1 | 14 | 110 |
| | Хлеб пшеничный | 50 | 9,4 | 17,8 | 0,9 | 201 |
| сонник | | | | | | |
| №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

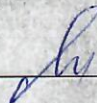
Ю.Я. Куцуров



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 18.10.2022

День: вторник
Неделя: четвертая
Сезон: осень-зима
Возрастная категория: 7-10лет

| № по сб. рецепт | Наименование блюд | Выход в граммах | Белки, гр. | Жиры, гр. | Углеводы, гр. | Эн. Ценность Ккалорий |
|-----------------|----------------------------------|-----------------|------------|-----------|---------------|-----------------------|
| Завтрак | | | | | | |
| №2-2004 | Бутерброд с маслом | 20/10 | 1,8 | 0,3 | 26,4 | 116 |
| №365-2004 | Каша "Солнечная" жидкая с маслом | 200 | 9,2 | 6,3 | 25,4 | 195 |
| №630-1996 | Какао с молоком | 200 | 2,1 | 1,8 | 17,6 | 95 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 0,5 | 0,1 | 4,4 | 20 |
| Обед | | | | | | |
| №50-2004 | Нарезка из свежих помидоров | 80 | 4,0 | 8,0 | 4,1 | 104 |
| №143-2004 | Солянка сборная мясная | 250/5/5/5/5/5/5 | 5,6 | 5,3 | 21,0 | 154 |
| | Мясной сырок с соусом молочным | 80 | 4,6 | 4,9 | 22,9 | 154 |
| №302-204 | Рис отварной припущенный | 250 | 4,6 | 4,9 | 22,9 | 154 |
| | Компот из свежих ягод+Витамин"С" | 200 | 0,2 | 0,1 | 29,1 | 118 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 3,3 | 0,6 | 14,4 | 76 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 1,4 | 0,3 | 13,1 | 61 |
| полдник | | | | | | |
| | Фрукты в ассортименте | 120 | | | | |
| ужин | | | | | | |
| №2-2004 | Курица запеченная по домашнему | 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 |
| сонник | | | | | | |
| №2-2004 | Кисломолочный напиток | 200 | 0,7 | 4,0 | 5,8 | 62 |
| | Кондитерское 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 18.10.2022

День: вторник
Неделя: четвертая
Сезон: осень-зима
Возрастная категория: 11-18лет

| № по сб. рецепт | Наименование блюда | Выход в граммах | Белки, гр. | Жиры, гр. | Углеводы, гр. | Эн. Ценность Ккалорий |
|-----------------|----------------------------------|-----------------|------------|-----------|---------------|-----------------------|
| Завтрак | | | | | | |
| №2-2004 | Бутерброд с маслом | 20/10 | 1,8 | 0,3 | 26,4 | 116 |
| №365-2004 | Каша "Солнечная" жидкая с маслом | 200 | 9,2 | 6,3 | 25,4 | 195 |
| №630-1996 | Какао с молоком | 200 | 2,1 | 1,8 | 17,6 | 95 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 0,5 | 0,1 | 4,4 | 20 |
| Обед | | | | | | |
| №50-2004 | Нарезка из свежих помидоров | 100 | 4,0 | 8,0 | 4,1 | 104 |
| №143-2004 | Солянка сборная мясная | 250/5/5/5/5/5/5 | 5,6 | 5,3 | 21,0 | 154 |
| | Мясной сыр с соусом молочным | 100 | 4,6 | 4,9 | 22,9 | 154 |
| №302-204 | Рис отварной припущенный | 180 | 4,6 | 4,9 | 22,9 | 154 |
| | Компот из свежих ягод+Витамин"С" | 200 | 0,2 | 0,1 | 29,1 | 118 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 3,3 | 0,6 | 14,4 | 76 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 1,4 | 0,3 | 13,1 | 61 |
| полдник | | | | | | |
| | Фрукты в ассортименте | 120 | | | | |
| ужин | | | | | | |
| №2-2004 | Курица запеченная по домашнему | 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 |
| сонник | | | | | | |
| №2-2004 | Кисломолочный напиток | 200 | 0,7 | 4,0 | 5,8 | 62 |
| | Кондитерское 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. Нугуров



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 19.10.2022

День: среда
Неделя: четвертая
Сезон: осень-зима
Возрастная категория: 7-10лет

| № по сб. рецепт | Наименование блюда | Выход в граммах | Белки, гр. | Жиры, гр. | Углеводы, гр. | Эн. Ценность Ккалорий |
|-----------------|--------------------------------------|-----------------|------------|-----------|---------------|-----------------------|
| Завтрак | | | | | | |
| №1-2004 | Бутерброд с сыром | 20/15 | 1,6 | 7,4 | 10,0 | 114 |
| №311-2004 | Каша пшенная с маслом | 200/5 | 8,1 | 8,6 | 27,8 | 221 |
| №642-1996 | Чай с молоком | 200 | 3,9 | 3,7 | 19,4 | 127 |
| | Хлеб ржаной | 15 | 0,7 | 0,2 | 6,6 | 30 |
| Обед | | | | | | |
| №43-2004 | Нарезка из свежих овощей | 80 | 1,3 | 4,0 | 4,7 | 60 |
| №142-2004 | Суп с крупой, с курицей | 250/10 | 10,8 | 8,6 | 15,2 | 181 |
| №443-1996 | Жаркое по домашнему | 250 | 11,5 | 13,5 | 16,2 | 232 |
| №357-2002 | Компот из свежих ягод+ Витамин С | 200 | 0,1 | 0,0 | 17,3 | 70 |
| | Хлеб пшеничный | 70 | 2,4 | 0,5 | 21,9 | 101 |
| | Хлеб ржаной | 50 | 2,4 | 0,5 | 21,9 | 101 |
| полдник | | | | | | |
| | Фрукты в ассортименте | 120 | | | | |
| ужин | | | | | | |
| №2-2004 | Сосиска, колбаса отварные с маслрм | 80 | 0,9 | 5,0 | 7,2 | 77 |
| №142-2004 | Макаронные изделия отварные с маслом | 150 | 10,8 | 8,6 | 15,2 | 181 |
| | Чай с сахаром | 200 | 4,3 | 4,1 | 14 | 110 |
| | Хлеб пшеничный | 100 | 9,4 | 17,8 | 0,9 | 201 |
| сонник | | | | | | |
| №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 19.10.2022

День: среда
Неделя: четвертая
Сезон: осень-зима
Возрастная категория: 7-10лет

| № по сб. рецепт | Наименование блюда | Выход в граммах | Белки, гр. | Жиры, гр. | Углеводы, гр. | Эн. Ценность Ккалорий |
|-----------------|--------------------------------------|-----------------|------------|-----------|---------------|-----------------------|
| Завтрак | | | | | | |
| №1-2004 | Бутерброд с сыром | 20/15 | 1,6 | 7,4 | 10,0 | 114 |
| №311-2004 | Каша пшенная с маслом | 200/5 | 8,1 | 8,6 | 27,8 | 221 |
| №642-1996 | Чай с молоком | 200 | 3,9 | 3,7 | 19,4 | 127 |
| | Хлеб ржаной | 15 | 0,7 | 0,2 | 6,6 | 30 |
| Обед | | | | | | |
| №43-2004 | Нарезка из свежих овощей | 80 | 1,3 | 4,0 | 4,7 | 60 |
| №142-2004 | Суп с крупой, с курицей | 250/10 | 10,8 | 8,6 | 15,2 | 181 |
| №443-1996 | Жаркое по домашнему | 250 | 11,5 | 13,5 | 16,2 | 232 |
| №357-2002 | Компот из свежих ягод+ Витамин С | 200 | 0,1 | 0,0 | 17,3 | 70 |
| | Хлеб пшеничный | 70 | 2,4 | 0,5 | 21,9 | 101 |
| | Хлеб ржаной | 50 | 2,4 | 0,5 | 21,9 | 101 |
| полдник | | | | | | |
| | Фрукты в ассортименте | 120 | | | | |
| ужин | | | | | | |
| №2-2004 | Сосиска, колбаса отварные с маслрм | 80 | 0,9 | 5,0 | 7,2 | 77 |
| №142-2004 | Макаронные изделия отварные с маслом | 150 | 10,8 | 8,6 | 15,2 | 181 |
| | Чай с сахаром | 200 | 4,3 | 4,1 | 14 | 110 |
| | Хлеб пшеничный | 100 | 9,4 | 17,8 | 0,9 | 201 |
| сонник | | | | | | |
| №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 05.10.2022

День: среда
Неделя: вторая
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 |
|----------------|------------------------------------|-----------------|------------|-----------|---------------|-----------------------|
| Завтрак | | | | | | |
| №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 |
| Обед | | | | | | |
| №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 |
| полдник | | | | | | |
| | 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

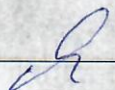
Ю.Я. Куцуков



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 05.10.2022

День: среда
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 |
|----------------|------------------------------------|-----------------|------------|-----------|---------------|-----------------------|
| Завтрак | | | | | | |
| №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 |
| Обед | | | | | | |
| №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 |
| полдник | | | | | | |
| | 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. Кучуров



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 06.10.2022

День: четверг
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 |
|-----------------|---|-----------------|------------|-----------|---------------|-----------------------|
| Завтрак | | | | | | |
| №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 |
| Обед | | | | | | |
| №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 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 |

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 06.10.2022

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

| № по сб. рецел | Наименование блюд | Выход в граммах | Белки, гр. | Жиры, гр. | Углеводы, гр. | Эн. Ценность Ккалорий |
|----------------|---|-----------------|------------|-----------|---------------|-----------------------|
| Завтрак | | | | | | |
| №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 |
| Обед | | | | | | |
| №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 рубленые 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 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 |
| полдник | | | | | | |
| | Фрукты в ассортименте | 120 | | | | |

Составил шеф-повар  Явкаева Л.Р.

Согласовано:

Директор

МКОУ Тазовская школа-интернат

Грешан А.А.



Утверждаю:

Председатель совета

Тазовского ПО

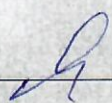
Ю.Я. Куцуров



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 07.10.2022

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

| № по сб. рецепт | Наименование блюд | Выход в граммах | Белки, гр. | Жиры, гр. | Углеводы, гр. | Эн. Ценность Ккалорий |
|-----------------|-------------------------------------|-----------------|------------|-----------|---------------|-----------------------|
| Завтрак | | | | | | |
| №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 |
| Обед | | | | | | |
| №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 |
| полдник | | | | | | |
| | Фрукты в ассортименте | 120 | | | | |

Составил шеф-повар  Явкаева Л.Р.

Согласовано:

Директор

МКОУ Тазовская школа-интернат



Утверждаю:

Председатель совета

Тазовского ПО



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 07.10.2022

День:

пятница

Неделя:

вторая

Сезон:

весна-лето

| № по сб. рецеп | Наименование блюд | Выход в граммах | Белки, гр. | Жиры, гр. | Углеводы, гр. | Эн. Ценность Ккалорий |
|----------------|-------------------------------------|-----------------|------------|-----------|---------------|-----------------------|
| Завтрак | | | | | | |
| №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 |
| Обед | | | | | | |
| №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 |
| полдник | | | | | | |
| | 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. Куцуров



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 08.10.2022

День: суббота
Неделя: вторая
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 |
|----------------|----------------------------------|-----------------|------------|-----------|---------------|-----------------------|
| Завтрак | | | | | | |
| № 1-2004 | Бутерброд с маслом | 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 | Какао с молоком | 200 | 3,9 | 3,7 | 19,4 | 127 |
| Обед | | | | | | |
| №19-2004 | Салат из свежих помидоров | 80 | 0,4 | 4,2 | 3,4 | 53 |
| №157-2004 | Солянка домашняя 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 | Рис припущенный | 150 | 3,7 | 3,6 | 34,1 | 184 |
| №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 |

Составил шеф-повар

Явкаева Л.Р.

Согласовано:

Директор

МКОУ Тазовская школа-интернат

А.А.Грешан



Утверждаю:

Председатель совета

Тазовского ПО

Ю.Я. Жуков



Меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд на 08.10.2022

День: суббота
Неделя: вторая
Сезон: осень-зима
Возрастная категория: 11-18 лет

| № по сб. рецеп | Наименование блюд | Выход в граммах | Белки, гр. | Жиры, гр. | Углеводы, гр. | Эн. Ценность Ккалорий |
|----------------|----------------------------------|-----------------|------------|-----------|---------------|-----------------------|
| Завтрак | | | | | | |
| № 1-2004 | Бутерброд с маслом | 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 | Какао с молоком | 200 | 3,9 | 3,7 | 19,4 | 127 |
| Обед | | | | | | |
| №19-2004 | Салат из свежих помидоров | 100 | 0,4 | 4,2 | 3,4 | 53 |
| №157-2004 | Солянка домашняя со сметаной | 250/10/15/15/5 | 5,9 | 8,4 | 7,9 | 131 |
| ТТК | Мясной сырок с соусом молочным | 100 | 13,1 | 9,9 | 11,2 | 186 |
| №512-2004 | Рис припущенный | 180 | 3,7 | 3,6 | 34,1 | 184 |
| №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 |

Составил шеф-повар

Явкаева Л.Р.

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



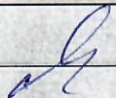
Утверждаю:
Председатель совета
Тазовского ПО
Ю.Я. Куцуров



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 10.10.2022

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

| | | | | | | |
|-------------|-------------------------------------|---------|------|------|------|-----|
| №1,3-2004 | Бутерброд с маслом, сыром | 20/5/10 | 4,5 | 7,5 | 8,4 | 119 |
| №311-2004 | Каша пшенная 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 | 15 | 0,7 | 0,2 | 6,6 | 30 |
| Обед | | | | | | |
| №20-2004 | Салат из свежих огурцов и помидоров | 100 | 1,2 | 4,0 | 6,3 | 66 |
| №149-2004 | Суп с крупой и курицей | 250/10 | 5,1 | 7,9 | 16,5 | 158 |
| №436-2004 | Жаркое по домашнему | 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 |

Составил шеф-повар  Явкаева Л.Р.

Согласовано:

Директор

МКОУ Тазовская школа-интернат

Грешан А.А.



Утверждаю:

Председатель совета

Тазовского ПО

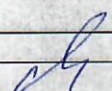
Ю.Я. Кузуров



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 11.10.2022

День: вторник
Неделя: третья
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 |
|----------------|--|-----------------|------------|-----------|---------------|-----------------------|
| Завтрак | | | | | | |
| №1-2004 | Бутерброд с сыром | 20/15 | 1,6 | 7,4 | 10 | 114 |
| №311-2004 | Каша ячневая-пшеничная жидкая с маслом | 200/5 | 8,3 | 7,9 | 31,2 | 229 |
| №260-2004 | Молоко питьевое кипяченое 3,2% | 200 | 6,4 | 6,2 | 12,0 | 129 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 0,9 | 0,2 | 8,7 | 41 |
| Обед | | | | | | |
| №16-2004 | Салат из свежих огурцов | 80 | 1,3 | 4,0 | 6,6 | 68 |
| №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 | Пюре картофельное | 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 |

Составил шеф-повар  Явкаева Л.Р.

Согласовано:

Директор

МКОУ Тазовская школа-интернат

А.А.Грешан



Утверждаю:

Председателя совета

Тазовского ЦО

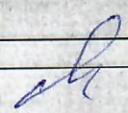
Ю.Я. Куцуров



Меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд на 11.10.2022

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

| № по сб. рецеп | Наименование блюд | Выход в граммах | Белки, гр. | Жиры, гр. | Углеводы, гр. | Эн. Ценность Ккалорий |
|----------------|--|-----------------|------------|-----------|---------------|-----------------------|
| Завтрак | | | | | | |
| №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 | Молоко питьевое кипяченое 3,2% | 200 | 6,4 | 6,2 | 12,0 | 129 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 0,9 | 0,2 | 8,7 | 41 |
| Обед | | | | | | |
| №16-2004 | Салат из свежих огурцов | 100 | 1,3 | 4,0 | 6,6 | 68 |
| №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 | Пюре картофельное | 180 | 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 |

Составил шеф-повар  Явкаева Л.Р.

Согласовано:

Директор

МКОУ Тазовская школа-интернат

Грешан А.А.



Утверждаю:

Председатель совета

Тазовского ПО

Ю.Я. Куцуков



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 12.10.2022

День: среда
Неделя: третья
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 |
|----------------|---|-----------------|------------|-----------|---------------|-----------------------|
| Завтрак | | | | | | |
| №1-2004 | Бутерброд с маслом | 20/10 | 1,4 | 3,8 | 1,0 | 114 |
| №340-2004 | Омлет натуральный с маслом | 180 | 13,9 | 12,1 | 1,5 | 171 |
| №642-2004 | Какао с молоком | 200 | 3,9 | 3,7 | 19,4 | 127 |
| | Сырок творожный глазированный | 40 | 5,7 | 1,6 | 5,5 | 59 |
| | Хлеб Забайкальский | 10 | 0,5 | 0,1 | 4,4 | 20 |
| Обед | | | | | | |
| №19-2001 | Нарезка из свежих помидоров | 80 | 0,4 | 4,2 | 3,4 | 53 |
| №124-2004 | Щи из свежей капусты, с картофелем мясом сметаной | 250/10/5 | 4,2 | 7,7 | 6,8 | 113 |
| №494-2004 | Курица запеченая | 80 | 13,3 | 11,0 | 0,0 | 185 |
| №524-2004 | Овощи припущенные | 150 | 4,1 | 4,8 | 17,0 | 127 |
| №638-2004 | Компот из свежих ягод+Витамин С | 200 | 0,1 | 0,0 | 17,3 | 70 |
| | Хлеб пшеничный | 50 | 4,1 | 0,7 | 18,1 | 95 |
| | Хлеб ржаной | 40 | 1,9 | 0,4 | 17,5 | 81 |

Составил шеф-повар Явкаева Л.Р.

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



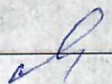
Утверждаю
Председатель совета
Тазовского ПО
Ю.Я. Куцуков



Меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд на 13.10.2022

День: четверг
Неделя: третья
Сезон: весна-лето
Возрастная категория: 7-10лет

| № по сб. рецеп | Наименование блюд | Выход в граммах | Белки, гр. | Жиры, гр. | Углеводы, гр. | Эн. Ценность Ккалорий |
|----------------|---------------------------|-----------------|------------|-----------|---------------|-----------------------|
| Завтрак | | | | | | |
| №1,3-2004 | Бутерброд с маслом, сыром | 20/5/10 | 4,8 | 8,5 | 8,4 | 129 |
| №162-1996 | Суп молочный с крупой | 250 | 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 |
| Обед | | | | | | |
| №20-2004 | Нарезка из свежих овощей | 80 | 1,5 | 5,0 | 7,9 | 83 |
| №181-1996 | Уха рыбацкая | 250/30 | 7,7 | 6,9 | 10,4 | 135 |
| №451-2004 | Котлеты из мяса с маслом | 80 | 14,9 | 13,7 | 12,1 | 231 |
| №482-1996 | Капуста тушенная | 150 | 4,5 | 8,3 | 19,3 | 170 |
| №705-2004 | Отвар из плодов шиповника | 200 | 0,9 | 0,3 | 21,1 | 91 |
| | Хлеб пшеничный | 60 | 4,9 | 0,8 | 21,7 | 114 |
| | Хлеб ржаной | 60 | 2,8 | 0,6 | 26,2 | 122 |

Составил шеф-повар  Явкаева Л.Р.

Согласовано:

Директор

МКОУ Тазовская школа-интернат

Грешан А.А.



Утверждаю:

Председатель совета

Тазовского ПО

Ю.Я. Кушуров



Меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд на 13.10.2022

День: четверг
Неделя: 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 |
|-----------------|---------------------------|-----------------|------------|-----------|---------------|-----------------------|
| Завтрак | | | | | | |
| №1,3-2004 | Бутерброд с маслом, 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 |
| Обед | | | | | | |
| №20-2004 | Нарезка из свежих овощей | 100 | 1,5 | 5,0 | 7,9 | 83 |
| №181-1996 | Уха рыбацкая | 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 | Капуста тушеная | 180 | 4,5 | 8,3 | 19,3 | 170 |
| №705-2004 | Отвар из плодов шиповника | 200 | 0,9 | 0,3 | 21,1 | 91 |
| | Хлеб пшеничный | 60 | 4,9 | 0,8 | 21,7 | 114 |
| | Хлеб ржаной | 60 | 2,8 | 0,6 | 26,2 | 122 |

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 14.10.2022

День: пятница
Неделя: 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 |
|-----------------|---|-----------------|------------|-----------|---------------|-----------------------|
| Завтрак | | | | | | |
| №3-2004 | Бутерброд с сыром | 20/15 | 3,7 | 4,5 | 8,2 | 88 |
| №315-2004 | Запеканка из творога с молоком сгущенным | 200 | 14,9 | 11,3 | 42,3 | 331 |
| №686-2004 | Чай с лимоном | 200/5 | 0,1 | 0,0 | 15,2 | 61 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 0,9 | 0,2 | 8,7 | 41 |
| Обед | | | | | | |
| ТТК | Салат "Венгерский" | 100 | 0,9 | 5,0 | 6,7 | 75 |
| №113-2004 | Борщ Украинский с мясом сметаной | 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 |
| №590-1996 | Кисель из свежих ягод+Витамин С | 200 | 0,1 | 0,0 | 19,9 | 80 |
| | Хлеб пшеничный | 60 | 4,9 | 0,8 | 21,7 | 114 |
| | Хлеб ржаной | 40 | 1,9 | 0,4 | 17,5 | 81 |

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 15.10.2022

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

| № по сб. рецеп | Наименование блюд | Выход в граммах | Белки, гр. | Жиры, гр. | Углеводы, гр. | Эн. Ценность Ккалорий |
|----------------|--|-----------------|------------|-----------|---------------|-----------------------|
| Завтрак | | | | | | |
| №1,3-2004 | Бутерброд с маслом сыром | 20/5/15 | 4,8 | 8,5 | 8,4 | 129 |
| №311-2004 | Каша кукурузная жидкая с маслом | 200/5 | 7,6 | 7,7 | 29,2 | 217 |
| №642-2004 | Какао с молоком | 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 |
| Обед | | | | | | |
| №19-2004 | Салат из свежих помидоров | 80 | 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 | 80 | 10,8 | 16,5 | 6,8 | 216 |
| №215-1996 | Рагу из овощей | 150 | 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 |

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 приготавливаемых блюд на 15.10.2022

День: суббота
Неделя: третья
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 |
|----------------|--|-----------------|------------|-----------|---------------|-----------------------|
| Завтрак | | | | | | |
| №1,3-2004 | Бутерброд с маслом сыром | 20/5/15 | 4,8 | 8,5 | 8,4 | 129 |
| №311-2004 | Каша кукурузная жидкая с маслом | 200/5 | 7,6 | 7,7 | 29,2 | 217 |
| №642-2004 | Какао с молоком | 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 |
| Обед | | | | | | |
| №19-2004 | Салат из свежих помидоров | 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 |

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 17.10.2022

День: понедельник

Неделя: четвертая

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 |
|-----------------|--|-----------------|------------|-----------|---------------|-----------------------|
| Завтрак | | | | | | |
| № 1-3-2004 | Бутерброд с маслом сыром | 20/5/10 | 4,8 | 8,5 | 8,4 | 129 |
| №311-2004 | Суп молочный с макаронными изделиями | 250 | 7,2 | 6,5 | 26,5 | 193 |
| №686-2004 | Чай с лимоном | 200/5 | 0,1 | 0,0 | 15,2 | 61 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 4,9 | 0,8 | 21,7 | 114 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 0,9 | 0,2 | 8,7 | 41 |
| Обед | | | | | | |
| №16-2004 | Салат из свежих огурцов | 100 | 1,6 | 5,0 | 8,2 | 84 |
| №133-2004 | Суп картофельный с крупой и рыбными консервами | 250/40 | 6,2 | 8,2 | 18,4 | 172 |
| №494-2004 | Курица запеченная с маслом | 105 | 16,6 | 14,7 | 0,0 | 232 |
| №520-2004 | Пюре картофельное | 180 | 3,6 | 6,1 | 23,1 | 161 |
| №585-1996 | Компот из сухофруктов +витамин С | 200 | 0,8 | 0,0 | 20,8 | 86 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,5 | 0,4 | 10,8 | 57 |
| | Хлеб ржаной | 40 | 1,9 | 0,4 | 17,5 | 81 |

Составил шеф-повар Явкаева Л.Р.

Согласовано:

Директор

МКОУ Тазовская школа-интернат

Грешан А.А.



Утверждаю:

Председатель совета

Тазовского ПО

Ю.Я. Хуцуров



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 17.10.2022

День: понедельник
Неделя: четвертая
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 |
|-----------------|--|-----------------|------------|-----------|---------------|-----------------------|
| Завтрак | | | | | | |
| № 1-3-2004 | Бутерброд с маслом сыром | 20/5/15 | 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 | 200/5 | 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 |
| Обед | | | | | | |
| №16-2004 | Салат из квашенной капусты с луком,маслом | 80 | 1,3 | 4,0 | 6,6 | 68 |
| №63-2001 | Суп картофельный с крупой и рыбными консервами | 250/40 | 6,2 | 8,2 | 18,4 | 172 |
| №494-2004 | Курица запеченная с маслом | 80 | 13,3 | 11,0 | 0,0 | 185 |
| №520-2004 | Пюре картофельное | 150 | 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 |

Составил шеф-повар  Явкаева Л.Р.

Согласовано:

Директор

МКОУ Тазовская школа-интернат

Грешан А.А.



Утверждаю

Председатель совета

Тазовского ПО

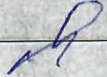
Ю.Я. Кудуров



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 18.10.2022

День: вторник
Неделя: четвертая
Сезон: весна-лето
Возрастная категория: 7-10лет

| № по сб. рецеп | Наименование блюд | Выход в граммах | Белки, гр. | Жиры, гр. | Углеводы, гр. | Эн. Ценность Ккалорий |
|----------------|---|-----------------|------------|-----------|---------------|-----------------------|
| Завтрак | | | | | | |
| №3-2004 | Бутерброд с маслом | 20/10 | 1,6 | 7,4 | 10,0 | 114 |
| ТТК | Суфле творожное с соусом из свежих ягод | 150 | 12,7 | 8,3 | 26,0 | 230 |
| №250-2004 | Чай с молоком сгущенным | 200 | 1,8 | 1,6 | 16,1 | 86 |
| | Хлеб Забайкальский | 10 | 0,5 | 0,1 | 4,4 | 20 |
| Обед | | | | | | |
| №39-2004 | Салат витаминный | 80 | 1,0 | 3,3 | 6,6 | 60 |
| №34-2004 | Свекольник мясом, сметаной | 250/10/5 | 5,1 | 5,9 | 21,0 | 158 |
| №443-2004 | Плов | 250 | 16,9 | 21,7 | 35,7 | 406 |
| №585-1996 | Компот из свежих ягод с Витамином 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 |

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 18.10.2022

День: вторник
Неделя: четвертая
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 |
|----------------|---|-----------------|------------|-----------|---------------|-----------------------|
| Завтрак | | | | | | |
| №3-2004 | Бутерброд с маслом | 20/10 | 1,6 | 7,4 | 10,0 | 114 |
| ТТК | Суфле творожное с соусом из свежих ягод | 200 | 16,2 | 10,7 | 34,5 | 299 |
| №250-2004 | Чай с молоком сгущенным | 200 | 1,8 | 1,6 | 16,1 | 86 |
| | Хлеб Забайкальский | 20 | 0,9 | 0,2 | 8,7 | 41 |
| Обед | | | | | | |
| №39-2004 | Салат витаминный | 100 | 1,3 | 5,1 | 8,3 | 84 |
| №34-2004 | Свекольник мясом, сметаной | 250/10/5 | 5,1 | 5,9 | 21,0 | 158 |
| №443-2004 | Плов | 300 | 17,6 | 22,3 | 42,2 | 440 |
| №585-1996 | Кисель из свежих плодов с Витамином С | 200 | 0,2 | 0,0 | 19,6 | 79 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 3,3 | 0,6 | 14,4 | 76 |
| | Хлеб Забайкальский | 40 | 1,9 | 0,4 | 17,5 | 81 |

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 19.10.2022

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

| № по сб. рецепт | Наименование блюд | Выход в граммах | Белки, гр. | Жиры, гр. | Углеводы, гр. | Эн. Ценность Ккалорий |
|-----------------|--------------------------------------|-----------------|------------|-----------|---------------|-----------------------|
| Завтрак | | | | | | |
| №2-2004 | Бутерброд с джемом | 20/20 | 1,8 | 0,3 | 26,4 | 116 |
| №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 Забайкальский | 15 | 0,7 | 0,2 | 6,6 | 30 |
| Обед | | | | | | |
| №20-2004 | Салат из свежих помидоров и огурцов | 80 | 1,2 | 4,0 | 6,3 | 66 |
| ТТК | Суп "Сливочный" с мясом | 250/10 | 7,2 | 7,5 | 11,8 | 144 |
| ТТК | Котлета рыбная "Лада" с маслом | 100/5 | 16,8 | 13,8 | 15,4 | 253 |
| №203-2004 | Картофель отварной с маслом зеленью | 150 | 2,4 | 3,2 | 20,5 | 120 |
| №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 | 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 приготавливаемых блюд на 19.10.2022

День: среда
Неделя: 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 |
|-----------------|--------------------------------------|-----------------|------------|-----------|---------------|-----------------------|
| Завтрак | | | | | | |
| №2-2004 | Бутерброд с джемом | 20/20 | 1,8 | 0,3 | 26,4 | 116 |
| №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 |
| Обед | | | | | | |
| №20-2004 | Салат из свежих помидоров и огурцов | 100 | 1,5 | 5,0 | 7,9 | 83 |
| ТТК | Суп "Сливочный" с мясом | 250/10 | 7,2 | 7,5 | 11,8 | 144 |
| ТТК | Котлета рыбная "Лада" с маслом | 120/5 | 20,2 | 16,2 | 18,5 | 303 |
| №203-2004 | Картофель отварной с маслом зеленью | 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 |

Составил шеф-повар Явкаева Л.Р.

Согласовано:

Директор

МКОУ Тазовская школа-интернат

Грешан А.А.



Утверждаю:

Председатель совета

Тазовского ПО

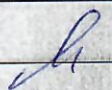
Ю.Я. Кузуров



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 20.10.2022

День: четверг
Неделя: третья
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 |
|----------------|--|-----------------|------------|-----------|---------------|-----------------------|
| Завтрак | | | | | | |
| №3-2004 | Бутерброд с сыром | 20/15 | 3,7 | 4,5 | 8,2 | 88 |
| №340-2004 | Омлет натуральный с маслом | 180 | 13,9 | 12,1 | 1,5 | 171 |
| №686-1996 | Чай с лимоном | 200 | 0,1 | 0,0 | 15,2 | 61 |
| | Сырок творожный глазированный | 40 | 5,7 | 1,6 | 5,5 | 59 |
| | Хлеб ржаной | 40 | 3,3 | 0,6 | 14,4 | 76 |
| Обед | | | | | | |
| №16-2004 | Салат из свежих огурцов | 80 | 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 | Сосиски, сардельки, колбаса отварные с соусом томатным | 100 | 7,4 | 12,1 | 1,9 | 146 |
| №516-2004 | Макароны 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 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 3,3 | 0,6 | 14,4 | 76 |
| | Хлеб ржаной | 40 | 1,9 | 0,4 | 17,5 | 81 |

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 20.10.2022

День: четверг
Неделя: 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 |
|-----------------|--|-----------------|------------|-----------|---------------|-----------------------|
| Завтрак | | | | | | |
| №3-2004 | Бутерброд с сыром | 20/15 | 3,7 | 4,5 | 8,2 | 88 |
| №340-2004 | Омлет натуральный с маслом | 180 | 13,9 | 12,1 | 1,5 | 171 |
| №686-1996 | Чай с лимоном | 200 | 0,1 | 0,0 | 15,2 | 61 |
| | Хлеб ржаной | 40 | 3,3 | 0,6 | 14,4 | 76 |
| Обед | | | | | | |
| №16-2004 | Салат из свежих огурцов | 80 | 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 | Сосиски, сардельки, колбаса отварные с соусом томатным | 100 | 7,4 | 12,1 | 1,9 | 146 |
| №516-2004 | Макаронны изделия отварные | 180 | 5,0 | 4,7 | 39,8 | 221 |
| №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 |

Составил шеф-повар  Явкаева Л.Р.