

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



Утверждаю
 Председатель совета
 Тазовского ПО
 Ю.Я. Кудуров



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 15.11.2022

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

№ по сб. рецепт	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
Завтрак						
№96-2004	Масло сливочное	10	0,1	7,3	0,1	67
№97-2004	Сыр порциями	20	4,6	5,8	0,0	71
№311-2004	Каша "Геркулесовая" жидкая с маслом	200/5	7,8	8,1	22,6	195
№642-2004	Какао с молоком	200	3,9	3,7	19,4	127
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,3	7,2	38
	Хлеб ржаной	20	0,9	0,2	8,7	41
	Фрукт банан	170	2,2	0,2	26,8	117
Обед						
№101-2004	Помидор консервированный	100	0,6	0,2	4,2	21
№133-2004	Суп картофельный с мясом	250/10	4,5	4,8	15,5	123
№474-2004	Кнели из мяса с рисом	100/5	15,1	17,1	6,2	239
№215-1996	Рагу из овощей	180	2,7	7,1	19,4	153
№585-1996	Компот из свежих яблок с клюквой витамин 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
 А.А.Грешан



Утверждаю:
 Председатель совета
 Тазовского ГО
 Ю.Я. Куцуров



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на - 16.11.2022

День: среда
 Неделя: третья
 Сезон: осень-зима
 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
№362-2004	Пудинг из творога со сгущенным молоком	200	22,5	12,8	29,7	324
№686-2004	Чай с лимоном	200/5	0,1	0,0	15,2	61
	Мучное изделие промышленного производства	55	2,4	4,7	22,0	140
	Хлеб ржаной	20	0,9	0,2	8,7	41
Обед						
№101-2004	Икра кабачковая промыш производства	100	1,5	4,4	7,3	75
№110-2004	Борщ со свежей капустой с картофелем, мясом, сметаной	250/5/10	5,2	5,1	10,7	110
№413-2004	Сосиски, сардельки, колбаса отвар с маслом	100/5	10,3	16,9	0,9	197
№516-2004	Макаронные изделия отварные с маслом	180	5,0	4,7	39,8	221
№590-1996	Кисель из свежих ягод с Витамином С	200	0,1	0,0	19,9	80
	Хлеб пшеничный	100	8,2	1,4	36,1	190
	Хлеб Забайкальский	70	3,3	0,7	30,6	142

Составил шеф-повар Явкаева Л.Р.

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



Утверждаю:
 Председатель Совета
 Тазовского ПО



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 16.11.2022

День: среда
Неделя: третья
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						
№3-2004	Бутерброд с сыром	20/15	3,7	4,5	8,2	88
№362-2004	Пудинг из творога со сгущенным молоком	170	19,1	10,9	25,2	275
№686-2004	Чай с лимоном	200/5	0,1	0	15,2	61
	Хлеб Забайкальский	10	0,5	0,1	4,4	20
Обед						
№101-2004	Икра кабачковая промыш производства	80	1,2	3,5	5,8	60
№110-2004	Борщ со свежей капустой с картофелем, мясом, сметаной	250/5/10	5,2	5,1	10,7	110
№413-2004	Сосиски, сардельки, колбаса отвар с маслом	80	7,5	14,2	0,7	161
№516-2004	Макаронные изделия отварные с маслом	150	4,1	3,8	33,1	183
№590-1996	Кисель из свежих ягод с Витамином С	200	0,1	0	19,9	80
	Хлеб пшеничный	80	6,6	1,1	28,9	152
	Хлеб Забайкальский	40	1,9	0,4	17,5	81
Полдник						
№687-1996	Булочка промышленного производства	50	6,1	5,8	55,2	297
	Сок в ассортименте	200	0,2	0,1	11	46
Ужин						
№21-2004	Салат из отварной моркови с огурцом	80	0,6	4,8	3,1	59
№391-2004	Шницель рыбный натуральный с маслом	80,5	12,1	7,0	3,5	125
ТТК	Рис припущенный с овощами	150	2,8	4,0	21,8	134
№630-1996	Чай с молоком	200	2,1	1,8	17,6	95
	Хлеб пшеничный	50	4,1	0,7	18,1	95
	Хлеб Забайкальский	40	1,9	0,4	17,5	81
Сонник						
№645-1996	Кисломолочный	200	5,8	6,4	18,9	156

Согласовано:

Директор

МКОУ Тазовская школа-интернат

А.А.Грешан



Утверждаю:

Председатель совета

Тазовского ПО

Ю.Я. Куцуков



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 16.11.2022

День:

среда

Неделя:

третья

Сезон:

осень-зима

Возрастная категория:

11-18 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
№362-2004	Пудинг из творога со сгущенным молоком	170	19,1	10,9	25,2	275
№686-2004	Чай с лимоном	200/5	0,1	0	15,2	61
	Хлеб Забайкальский	10	0,5	0,1	4,4	20
Обед						
№101-2004	Икра кабачковая промыш производства	80	1,2	3,5	5,8	60
№110-2004	Борщ со свежей капустой с картофелем, мясом, сметаной	250/5/10	5,2	5,1	10,7	110
№413-2004	Сосиски, сардельки, колбаса отвар с маслом	80	7,5	14,2	0,7	161
№516-2004	Макаронные изделия отварные с маслом	150	4,1	3,8	33,1	183
№590-1996	Кисель из свежих ягод с Витамином С	200	0,1	0	19,9	80
	Хлеб пшеничный	80	6,6	1,1	28,9	152
	Хлеб Забайкальский	40	1,9	0,4	17,5	81
Полдник						
№687-1996	Булочка промышленного производства	80	6,1	5,8	55,2	297
	Сок в ассортименте	200	0,2	0,1	11	46
Ужин						
№21-2004	Салат из отварной моркови с огурцом	60	0,6	4,8	3,1	59
№391-2004	Шницель рыбный натуральный с маслом	80,5	12,1	7,0	3,5	125
ТТК	Рис припущенный с овощами	150	2,8	4,0	21,8	134
№630-1996	Чай с молоком	200	2,1	1,8	17,6	95
	Хлеб пшеничный	50	4,1	0,7	18,1	95
	Хлеб Забайкальский	40	1,9	0,4	17,5	81
Сонник						
№645-1996	Кисломолочный	200	5,8	6,4	18,9	156

Согласовано:

Директор

МКОУ Тазовская школа-интернат

А.А.Грешан



Утверждаю:

Председатель совета

Тазовского ПО

Ю.Я. Кудуров



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 17.11.2022

День: четверг
Неделя: третья
Сезон: осень-зима
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	20/5/15	4,8	8,5	8,4	129
№162-1996	Суп молочный с крупой	300	7,9	7,9	26,2	208
№686-2004	Чай с сахаром	200	0,2	0,0	15,4	62
	Хлеб пшеничный	40	3,3	0,6	14,4	76
	Хлеб ржаной	20	0,9	0,2	8,7	41
	Фрукты в ассортименте	150	1,2	1,2	30,8	139
Обед						
ТТК	Нарезка из отварных овощей	100	2,6	5,0	14,0	111
№181-1996	Уха рыбацкая	250/30	7,7	6,9	10,4	135
ТТК	Мясо, тушенное в соусе	80	16,5	13,3	34,7	325
	Гречка отварная	150				
	Сок в ассортименте	200	0,2	0,1	29,1	118
	Хлеб пшеничный	80	6,6	1,1	28,9	152
	Хлеб Забайкальский	50	2,1	0,5	21,9	101

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 17.11.2022

День: четверг
Неделя: третья
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						
№1,3-2004	Бутерброд с сыром	20/15	4,8	8,5	8,4	129
№162-1996	Суп молочный с крупой	250	6,6	7,1	22,2	179
№686-2004	Чай с сахаром	200	0,2	0	15,4	62
	Хлеб пшеничный	20	0,9	0,2	0,7	41
	Хлеб Забайкальский	20	1,6	0,3	7,2	38
Обед						
ТТК	Нарезка из отварных овощей	80	2,1	4	11,2	89
№181-1996	Уха рыбацкая	250/30	7,7	6,9	10,4	135
ТТК	Мясо, тушенное с картофелем	200	15,2	12	24,3	266
№705-2004	Отвар из шиповника	200	0,9	0,3	21,1	91
	Хлеб пшеничный	50	4,1	0,7	18,1	95
	Хлеб Забайкальский	30	1,4	0,3	13,1	61
Полдник						
	Кондитерское изделие	40	4,5	3,5	32,4	179
	Сок в ассортименте	200	0,2	0,1	11	46
Ужин						
№451-2004	Котлеты из мяса с маслом	80/5	11,9	10,2	9,7	178
№482-1996	Капуста тушеная	150	3,8	6,9	16,1	141
№590-1996	Кисель из свежих ягод витамин С	200	0,1	0	19,9	80
	Хлеб пшеничный	40	3,3	0,6	14,4	76
	Хлеб Забайкальский	40	1,9	0,4	17,5	81
Сонник						
№645-1996	Кисломолочный напиток	200	5,8	6,4	18,9	156

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 17.11.2022

День: четверг
 Неделя: третья
 Сезон: осень-зима
 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	20/5/15	4,8	8,5	8,4	129
№162-1996	Суп молочный с крупой	300	7,9	7,9	26,2	208
№686-2004	Чай с сахаром	200	0,2	0	15,4	62
	Хлеб пшеничный	40	3,3	0,6	14,4	76
	Хлеб Забайкальский	20	1,6	0,3	7,2	38
Обед						
ТТК	Нарезка из отварных овощей	100	2,6	5,0	14,0	111
№181-1996	Уха рыбацкая	250/30	7,7	6,9	10,4	135
ТТК	Мясо, тушенное с картофелем	250	16,5	13,3	34,7	325
№705-2004	Отвар из шиповника	200	0,9	0,3	21,1	91
	Хлеб пшеничный	80	6,6	1,1	28,9	152
	Хлеб Забайкальский	60	2,8	0,6	26,2	122
Полдник						
	Кондитерское изделие	50	4,5	3,5	32,4	179
	Сок в ассортименте	200	0,2	0,1	29,1	118
Ужин						
№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
№590-1996	Кисель из свежих ягод витамин С	200	0,1	0	19,9	80
	Хлеб пшеничный	40	3,3	0,6	14,4	76
	Хлеб Забайкальский	60	2,8	0,6	26,2	122
Сонник						
№645-1996	Кисломолочный напиток	200	5,8	6,4	18,9	156

Составил шеф-повар  Явкаева Л.Р.

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



Утверждаю:
 Председатель совета
 Тазовского ГО
 Ю.Я.Кучуров



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 18.11.2022

День: пятница
Неделя: третья
Сезон: осень-зима
Возрастная категория: 7-10 лет

№ по сб. рецепт	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
Завтрак						
№1-2004	Бутерброд с маслом	20/5	1,4	3,8	10	114
№340-2004	Омлет натуральный с маслом	180	13,9	12,1	1,5	171
№642-1996	Какао с молоком	200	3,9	3,7	19,4	127
	Хлеб ржаной	10	0,5	0,1	4,4	20
Обед						
№21-2004	Салат из отварной моркови с огурцом	80	1,1	5,0	4,1	66
№124-2004	Щи из свежей капусты с мясом сметаной	250/10/5	4,2	7,7	6,8	113
№494-2004	Курица запеченная с маслом	80	13,3	11	0	185
№524-2004	Овощи припущенные	150	4,1	4,8	17	127
№357-2002	Компот из свежих ягод Витамин С	200	0,1	0	17,3	70
	Хлеб пшеничный	50	4,1	0,7	18,1	95
	Хлеб ржаной	40	1,9	0,4	17,5	81
Полдник						
	Мучное сдобное изд промышленного производства	100	7,0	12,3	51,3	344
	Сок в ассортименте	200	0,2	0,1	11	46
Ужин						
№101-2004	Огурцы консервированные без уксуса	80	0,6	0,2	2,2	14
№430-1996	Запеканка картофельная с мясом маслом	243/5	19,9	12,5	40,1	353
№686-2004	Зеленый чай с сахаром	200	0,2	0	12,9	52
	Фрукты	200	1,7	0,5	14	68
	Хлеб пшеничный	40	4,9	0,8	21,7	114
	Хлеб ржаной	40	1,9	0,4	17,5	81
Сонник						
№645-1996	Кисломолочный напиток	200	5,8	6,4	18,9	156

Составил шеф-повар  Явкаева Л.Р.

Согласовано:
 Директор
 МКОУ Тазовская школа-интернат
 учреждение
 среднего общего
 образования
 ОГРН 1628991583873

А.А.Грешан



Утверждаю:
 Председатель Совета
 Тазовского РО

Ю.Я. Куцуров



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 18.11.2022

День: пятница
Неделя: третья
Сезон: осень-зима
Возрастная категория: 11-18 лет

№ по сб. рецепт	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
Завтрак						
№1-2004	Бутерброд с маслом	20/5	1,4	3,8	10	114
№340-2004	Омлет натуральный с маслом	200	17,9	16,3	1,8	226
№642-1996	Какао с молоком	200/5	3,9	3,7	19,4	127
	Хлеб ржаной	20	1,6	0,3	7,2	38
Обед						
№21-2004	Салат из свежей капусты	100	1,1	5,0	4,1	66
№124-2004	Суп ламша домашняя с курицей	250/30	4,2	7,7	6,8	113
№494-2004	Мясо тушенное	100/5	28,3	19,5	0,7	292
№524-2004	Рис припущенный с маслом	180	4,9	5,7	20,4	153
№357-2002	Компот из свежих ягод Витамин С	200	0,1	0,0	17,3	70
	Хлеб пшеничный	80	6,6	1,1	28,9	152
	Хлеб ржаной	50	2,4	0,5	21,9	101
Полдник						
	Фрукты в ассортименте	200				

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 приготовляемых блюд на 18.11.2022

День:

пятница

Неделя:

третья

Сезон:

осень-зима

Возрастная категория:

11-18 лет

№ по сб. рецепт	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
Завтрак						
№1-2004	Бутерброд с маслом	20/5	1,4	3,8	10	114
№340-2004	Омлет натуральный с маслом	200	17,9	16,3	1,8	226
№642-1996	Какао с молоком	200	3,9	3,7	19,4	127
	Сырок творожный глазированный	40	5,7	1,6	5,5	59
	Хлеб ржаной	20	0,9	0,2	8,7	41
Обед						
№21-2004	Салат из отварной моркови с огурцом	100	1,1	5,0	4,1	66
№124-2004	Щи из свежей капусты с мясом сметаной	250/10/5	4,2	7,7	6,8	113
№494-2004	Курица запеченная с маслом	105	16,6	14,7	0,0	232
№524-2004	Овощи припущенные	180	4,9	5,7	20,4	153
№357-2002	Компот из свежих ягод Витамин С	200	0,1	0	17,3	70
	Хлеб пшеничный	80	6,6	1,1	28,9	152
	Хлеб ржаной	60	2,8	0,6	26,2	122
Полдник						
	Мучное сдобное изд промышленного производства	100	7,0	12,3	51,3	344
	Сок в ассортименте	200	0,2	0,1	11	46
Ужин						
№101-2004	Огурцы консервированные без уксуса	100	0,6	0,2	2,2	14
№430-1996	Запеканка картофельная с мясом маслом	243/5	19,9	12,5	40,1	353
№686-2004	Зеленый чай с сахаром	200	0,2	0	12,9	52
	Хлеб пшеничный	60	4,9	0,8	21,7	114
	Хлеб ржаной	40	1,9	0,4	17,5	81
Сонник						
№645-1996	Кисломолочный напиток	200	5,8	6,4	18,9	156

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 19.11.2022

День:

суббота

Неделя:

третья

Сезон:

осень-зима

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
№311-2004	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом	200/5	8,1	8,1	28,2	218
№260-2004	Чай с сахаром	200	6,4	6,2	12,0	129
	Хлеб ржаной	40	1,9	0,4	17,5	81
Обед						
№24/1-2004	Помидор консервированный	100	0,4	4,9	9,5	84
№130-2004	Рассольник с мясом сметаной	250/10/5	4,7	5,9	15,6	134
№310-1996	Рыба запеченная с маслом	100/5	16,7	9,3	5,2	171
№520-2004	Рис отварной	180	3,6	6,1	23,1	161
№638-2004	Компот из сухофруктов	200	0,8	0,0	20,8	86
	Хлеб пшеничный	80	6,6	1,1	28,9	152
	Хлеб ржаной	60	2,8	0,6	26,2	122

Составил шеф-повар

Явкаева Л.Р.

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



Утверждаю
 Председатель совета
 Тазовского
 Ю.Я. Кушуров



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 19.11.2022

День: суббота
 Неделя: третья
 Сезон: осень-зима
 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
№311-2004	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом	200/5	8,1	8,1	28,2	218
№260-2004	Молоко кипяченое	200	6,4	6,2	12	129
	Хлеб ржаной	20	1,6	0,3	7,2	38
Обед						
№24/1-2004	Нарезка из свеклы с яблоком	80	0,3	3,9	7,6	67
№130-2004	Рассольник с мясом сметаной	250/10/5	4,7	5,9	15,6	134
№310-1996	Рыба запеченная с маслом	80/5	13,3	7,3	4,1	135
№520-2004	Пюре картофельное	150	3	5	19,2	134
№638-2004	Компот из сухофруктов	200	0,7	0	18,5	77
	Хлеб пшеничный	50	4,1	0,7	18,1	95
	Хлеб ржаной	40	1,9	0,4	17,5	81
Полдник						
	Фрукты в ассортименте	170	1,3	0,4	6,6	35
Ужин						
(461-2004)	Тефтели из мяса в соусе	80/50	9,9	9,9	10,0	169
№302-204	Каша гречневая вязкая	150	4,6	4,9	22,9	154
№686-2004	Чай с лимоном	200/5	0,1	0	15,2	61
	Хлеб пшеничный	50	4,1	0,7	18,1	95
	Хлеб ржаной	40	1,9	0,4	17,5	81
Сонник						
	Йогурт в индивиду упаковке	115	4,9	9,5	8,3	138

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 19.11.2022

День: суббота
 Неделя: третья
 Сезон: осень-зима
 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
№311-2004	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом	200/5	8,1	8,1	28,2	218
№260-2004	Молоко кипяченое	200	6,4	6,2	12	129
	Хлеб ржаной	40	1,9	0,4	17,5	81
Обед						
№24/1-2004	Нарезка из свеклы с яблоком	100	0,4	4,9	9,5	84
№130-2004	Рассольник с мясом сметаной	250/10/5	4,7	5,9	15,6	134
№310-1996	Рыба запеченная с маслом	100/5	16,7	9,3	5,2	171
№520-2004	Пюре картофельное	180	3,6	6,1	23,1	161
№638-2004	Компот из сухофруктов	200	0,7	0	18,5	77
	Хлеб пшеничный	80	6,6	1,1	28,9	152
	Хлеб ржаной	60	2,8	0,6	26,2	122
Полдник						
	Ватрушка со сладким фаршем	45	4,2	3,3	31,5	173
	Сок в ассортименте	200	0,2	0,1	11	46
	Фрукты в ассортименте	170	1,3	0,4	6,6	35
Ужин						
(461-2004)	Тефтели из мяса в соусе	80/50	9,9	9,9	10,0	169
№302-204	Каша гречневая вязкая	150	4,6	4,9	22,9	154
№686-2004	Чай с лимоном	200/5	0,1	0	15,2	61
	Хлеб пшеничный	50	4,1	0,7	18,1	95
	Хлеб ржаной	40	1,9	0,4	17,5	81
Сонник						
	Йогурт в индивидуальной упаковке	115	4,9	9,5	8,3	138

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 приготавливаемых блюд на 20.11.2022

День: воскресенье
 Неделя: третья
 Сезон: осень-зима
 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	4,5	7,5	8,4	119
№ 94-2001	Каша боярская с маслом (из пшена с изюмом)	200/5	7,2	8,9	35	249
№630-1996	Чай с молоком	200	2,1	1,8	17,6	95
	Хлеб ржаной	15	0,7	0,2	6,6	30
Обед						
№71-2006	Помидор консервированный	80	0,5	0,2	3,4	17
№138-2004	Суп картофельный с крупой и курицей	250/10	4,1	8,1	16,3	156
№451-2004	Биточки из мяса с маслом сливочным	80/5	11,9	10,2	9,7	178
№225-2004	Овощи тушеные	150	1,3	9,2	13,8	143
№590-1996	Кисель из свежих ягод с Витамином С	200	0,1	0	19,9	80
	Хлеб пшеничный	40	3,3	0,6	14,4	76
	Хлеб ржаной	40	1,9	0,4	17,5	81
Полдник						
№300-2004	Запеканка из творога со сгущенным молоком	150	15,9	8,5	22,9	232
№260-2004	Молоко кипяченое	200	6,4	6,2	12	129
	или Фрукты в ассортименте	120	6,4	6,2	12	129
Ужин						
№362-2002	Салат с морской капустой	80	0,2	3,6	2,6	43
№413-2004	Сосиски, сардельки, колбаса отварная с томатным соусом	100	7,4	12,1	1,9	146
№516-2004	Макаронные изделия отварные	150	4,1	3,8	33,1	183
	Сок в ассортименте	200	0,2	0,1	11	46
	Хлеб пшеничный	20	0,9	0,2	0,7	41
	Хлеб ржаной	30	1,4	0,3	13,1	61
Сонник						
№645-1996	Кисломолочный напиток	200	5,8	6,4	18,9	156

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



Утверждаю:
 Председатель Совета
 Тазовского ПО
 Ю.Я. Кудуров



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 21.11.2022

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

№ по сб. рецепт	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
№262-1996	Каша манная молочная с маслом	200/5	8,5	6,2	30,2	211
№642-1996	Какао с молоком	200	3,9	3,7	19,4	127
	Хлеб пшеничный	30	2,5	0,4	10,8	57
	Хлеб ржаной	20	0,9	0,2	8,7	41
	Фрукты в ассортименте	150	1,2	1,2	30,8	139
Обед						
№101-2004	Горошек зеленый консервированный	100	8,6	0,4	12,5	88
№34-2004	Свекольник с мясом сметаной	250/10/5	5,1	5,9	21	158
№423-2004	Бефстроганов	100	14,1	9,9	4,1	162
№512-2004	Рис припущенный	180	4,4	4,3	40,9	220
№357-2002	Компот из свежих ягод Витамин С	200	0,1	0,0	17,3	70
	Хлеб пшеничный	60	4,9	0,8	21,7	114
	Хлеб ржаной	60	2,8	0,6	26,2	122

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 21.11.2022

День: понедельник
Неделя: пятая
Сезон: осень-зима
Возрастная категория: 7-10 лет

№ по сб. рецепт	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
Завтрак						
№1-2004	Бутерброд с маслом	20/5	1,4	3,8	10	114
№262-1996	Каша манная молочная с маслом	200/5	8,5	6,2	30,2	211
№642-1996	Какао с молоком	200	3,9	3,7	19,4	127
	Хлеб ржаной	20	1,6	0,3	7,2	38
Обед						
№101-2004	Горошек зеленый консервированный	80	6,9	0,3	10	70
№34-2004	Свекольник с мясом сметаной	250/10/5	5,1	5,9	21	158
№423-2004	Бефстроганов	100	14,1	9,9	4,1	162
№512-2004	Рис припущенный	150	3,7	3,6	34,1	184
№357-2002	Компот из свежих ягод Витамин С	200	0,1	0	17,3	70
	Хлеб пшеничный	40	3,3	0,6	14,4	76
	Хлеб ржаной	40	1,9	0,4	17,5	81
Полдник						
	Фрукт банан	170	2,2	0,2	26,8	117
Ужин						
№р.337-2004	Яйцо отварное	40	5,0	4,6	0,3	63
№494-2004	Курица запеченная с маслом	80	13,3	11	0	185
№203-2004	Картофель отварной с маслом зеленью	150	2,4	3,2	20,5	120
№686-2004	Зеленый чай с сахаром	200	0,2	0	12,9	52
	Хлеб пшеничный	40	3,3	0,6	14,4	76
	Хлеб ржаной	30	1,4	0,3	13,1	61
Сонник						
№645-1996	Кисломолочный напиток	200	5,8	6,4	18,9	156

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 21.11.2022

День:

понедельник

Неделя:

пятая

Сезон:

осень-зима

Возрастная категория:

11-18 лет

№ по сб. рецепт	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
№262-1996	Каша манная молочная с маслом	200/5	8,5	6,2	30,2	211
№642-1996	Какао с молоком	200	3,9	3,7	19,4	127
	Хлеб ржаной	20	0,9	0,2	8,7	41
Обед						
№101-2004	Горошек зеленый консервированный	100	8,6	0,4	12,5	88
№34-2004	Свекольник с мясом сметаной	250/10/5	5,1	5,9	21	158
№423-2004	Бефстроганов	100	14,1	9,9	4,1	162
№512-2004	Рис припущенный	180	4,4	4,3	40,9	220
№357-2002	Компот из свежих ягод Витамин С	200	0,1	0	17,3	70
	Хлеб пшеничный	60	4,9	0,8	21,7	114
	Хлеб ржаной	60	2,8	0,6	26,2	122
Полдник						
	Фрукт банан	170	2,2	0,2	26,8	117
Ужин						
№р.337-2004	Яйцо отварное	40	5,0	4,6	0,3	63
№494-2004	Курица запеченная с маслом	105	16,6	14,7	0,0	232
№203-2004	Картофель отварной с маслом зеленью	180	2,9	3,6	24,5	142
№686-2004	Зеленый чай с сахаром	200	0,2	0	12,9	52
	Хлеб пшеничный	60	4,9	0,8	21,7	114
	Хлеб ржаной	40	1,9	0,4	17,5	81
Сонник						
№645-1996	Кисломолочный напиток	200	5,8	6,4	18,9	156

Составил шеф-повар

Явкаева Л.Р.

Согласовано:

Директор

МКОУ Тазовская школа-интернат

А.А.Грешан



Утверждаю:

Председатель совета

Тазовского ПО

Ю.Я.Кучуров



Меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд на 22.11.2022

День:

вторник

Неделя:

пятая

Сезон:

осень-зима

Возрастная категория:

7-10лет

№ по сб. рецеп	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
Завтрак						
№ 96-2004	Масло сливочное	10	0,1	3,7	0,1	33
№686-2004	Хлеб пшеничный	20	0,9	0,2	0,7	41
	Хлеб ржаной	20	1,6	0,3	7,2	38
ТТК	Каша геркулесовая с курагой маслом	200/5	9,1	9,3	28,6	235
№685-2004	Чай с сахаром	200	0,2	0,0	15,4	62
Обед						
№101-2004	Икра кабачковая промыш производства	80	1,2	3,5	5,8	60
№139-2004	Суп гороховый с гренками с мясом	250/20/10	9,1	4,8	30,2	200
№388-2004	Биточки рыбные с маслом	80/5	11,1	7,2	14,5	167
№482-1996	Капуста тушенная	150	3,8	6,9	16,1	141
№638-2004	Компот из сухофруктов	200	0,7	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	5,9	10,8	45,3	302
Ужин						
№101-2004	Помидоры в собственном соку	80				
№436-2004	Жаркое по домашнему	230	19,2	13,7	32,2	329
№686-2004	Чай с лимоном	200/5	0,1	0	15,2	61
	Хлеб пшеничный	30	2,5	0,4	10,8	57
	Хлеб ржаной	20	1,6	0,3	7,2	38
Сонник						
№260-2004	Кисломолочный напиток	200	5,5	5,6	10	112

Составил шеф-повар

Явкаева Л.Р.

Согласовано:

Директор

МКОУ Тазовская школа-интернат

А.А.Грешан



Утверждаю:

Председатель совета

Тазовского ПО

Ю.Я. Вишурова



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 22.11.2022

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

№ по сб. рецепт	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
Завтрак						
№ 96-2004	Масло сливочное	10	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 геркулесовая с курагой 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	Икра кабачковая промыш производства	100	1,5	4,4	7,3	75
№139-2004	Суп гороховый с гренками с мясом	250/20/10	9,1	4,8	30,2	200
№388-2004	Биточки рыбные с маслом	100/5	13,6	8,7	18,1	205
№482-1996	Капуста тушенная	180	4,5	8,3	19,3	170
№638-2004	Компот из сухофруктов	200	0,8	0,0	20,8	86
	Хлеб пшеничный	60	4,9	0,8	21,7	117
	Хлеб ржаной	40	1,9	0,4	17,5	81
Полдник						
	Фрукты в ассортименте	160	7,0	12,3	51,3	344
Ужин						
№101-2004	Помидоры в собственном соку	100				
№436-2004	Жаркое по домашнему	230	19,2	13,7	32,2	329
№686-2004	Чай с лимоном	200/5	0,1	0	15,2	61
	Хлеб пшеничный	50	4,1	0,7	18,1	95
	Хлеб ржаной	40	1,9	0,4	17,5	81
Сонник						
№260-2004	Кисломолочный напиток	200	5,5	5,6	10	112

Составил шеф-повар  Явкаева Л.Р.

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



Утверждаю:
 Председатель совета
 Тазовского ПО
 Ю.Я. Вуцуров



Меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд на 23.11.2022

День: среда
 Неделя: пятая
 Сезон: осень-зима
 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, повидлом	20/20	1,8	0,3	26,4	116
№365-2004	Суфле творожное с соусом из свежих ягод	150	9,2	6,3	25,4	195
№630-1996	Чай с молоком	200	2,1	1,8	17,6	95
	Хлеб ржаной	10	0,5	0,1	4,4	20
Обед						
№50-2004	Нарезка из свеклы с сыром	80	4,0	8,0	4,1	104
№143-2004	Суп с макаронными изделиями с мясными фрикадельками	250/20	5,6	5,3	21	154
№152-2004	Гуляш	100	13,4	9,2	4	152
№302-204	Каша гречневая вязкая	150	4,6	4,9	22,9	154
№585-1996	Компот из свежих яблок с клюквой витамин С	200	0,2	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						
ТТК	Булка промышленного производства	50	3,2	4,3	22,7	142
№260-2004	Сок в ассортименте	200	6,4	6,2	12	129
Ужин						
№461-1996	Котлеты рубленые из птицы с маслом	80/5	11,7	7,9	9,7	157
№215-1996	Рагу из овощей	150	2,3	5,9	16,2	127
	Сок в ассортименте	200	0,2	0,1	29,1	118
	Хлеб пшеничный	50	4,1	0,7	18,1	95
	Хлеб ржаной	40	1,9	0,4	17,5	81
Сонник						
№645-1996	Кисломолочный напиток	200	5,8	6,4	18,9	156

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 23.11.2022

День:

среда

Неделя:

пятая

Сезон:

осень-зима

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, повидлом	20/20	1,8	0,3	26,4	116
№365-2004	Суфле творожное с соусом из свежих ягод	200	12,3	8,4	36,2	266
№630-1996	Чай с молоком	200	2,1	1,8	17,6	95
	Хлеб ржаной	20	0,9	0,2	8,7	41
Обед						
№50-2004	Нарезка из свеклы с сыром	100	5,1	9,9	5,1	130
№143-2004	Суп с макаронными изделиями с мясными фрикадельками	250/20	5,6	5,3	21	154
№152-2004	Гуляш	100	13,4	9,2	4	152
№302-204	Каша гречневая вязкая	180	5,6	6,1	27,5	187
№585-1996	Компот из свежих яблок с клюквой витамин С	200	0,2	0	25,6	103
	Хлеб пшеничный	80	6,6	1,1	28,9	152
	Хлеб ржаной	30	1,4	0,3	13,1	61
Полдник						
ТТК	Булка промышленного производства	50	3,2	4,3	22,7	142
№260-2004	Сок в ассортименте	200	6,4	6,2	12	129
Ужин						
№461-1996	Котлеты рубленые из птицы с маслом	100/5	14,7	10,8	12,1	204
№215-1996	Рагу из овощей	180	2,7	7,1	19,4	153
	Сок в ассортименте	200	0,2	0,1	29,1	118
	Хлеб пшеничный	50	4,1	0,7	18,1	95
	Хлеб ржаной	40	1,9	0,4	17,5	81
Сонник						
№645-1996	Кисломолочный напиток	200	5,8	6,4	18,9	156

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 24.11.2022

День: четверг
Неделя: пятая
Сезон: осень-зима
Возрастная категория: 7-10 лет

№ по сб. рецепт	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	114
№311-2004	Каша пшенная жидкая с маслом	200/5	8,1	8,6	27,8	221
№642-1996	Какао с молоком	200	3,9	3,7	19,4	127
	Хлеб ржаной	15	0,7	0,2	6,6	30
Обед						
№43-2004	Салат из б/кочанной капусты	80	1,3	4,0	4,7	60
№142-2004	Суп с рыбными фрикадельками	250/30	7,5	6,6	15,2	150
№443-1996	Жаркое из птицы	200	11,5	13,5	16,2	232
№357-2002	Компот из свежих ягод Витамин С	200	0,1	0	17,3	70
	Хлеб пшеничный	50	4,1	0,7	18,1	95
	Хлеб ржаной	50	2,4	0,5	21,9	101
Полдник						
	Мучное сдобное изделие промыш производства	80	5,9	10,8	45,3	302
	Сок в ассортименте	200	0,2	0,1	11	46
Ужин						
	Продукт творожный промышленного производства	100	2,5	4,6	17,7	122
№429-2004	Колбаса ,сосиски отварные с малсом	90	6,6	5,4	5,8	98
№520-2004	Пюре картофельное	150	3	5	19,2	134
	Фрукты в ассортименте	170	1,3	0,4	6,6	35
№686-2004	Зеленый чай с сахаром	200	0,2	0	12,9	52
	Хлеб пшеничный	30	2,5	0,4	10,8	57
	Хлеб ржаной	30	1,4	0,3	13,1	61
Сонник						
№260-2004	Молоко питьевое кипяченое	200	5,5	5,6	10	112

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 24.11.2022

День: четверг
 Неделя: пятая
 Сезон: осень-зима
 Возрастная категория: 11-18 лет

№ по сб. рецепт	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	114
№311-2004	Каша пшенная жидкая с маслом	200/5	8,1	8,6	27,8	221
№642-1996	Какао с молоком	200	3,9	3,7	19,4	127
	Хлеб ржаной	30	1,4	0,3	13,1	61
Обед						
№43-2004	Салат из б/кочанной капусты	100	1,6	5,0	5,9	75
№142-2004	Суп с рыбными фрикадельками	250/30	7,5	6,6	15,2	150
№443-1996	Жаркое из птицы	280	21,8	20,0	18,4	341
№357-2002	Компот из свежих ягод Витамин С	200	0,1	0	17,3	70
	Хлеб пшеничный	60	4,9	0,8	21,7	114
	Хлеб ржаной	50	2,4	0,5	21,9	101
Полдник						
	Мучное сдобное изделие промыш производства	100	7,0	12,3	51,3	344
	Сок в ассортименте	200	0,2	0,1	11	46
Ужин						
	Продукт творожный промышленного производства	100	2,5	4,6	17,7	122
№429-2004	Колбаса ,сосиски отварные с малсом	100	8,2	6,7	7,2	122
№520-2004	Пюре картофельное	180	3,6	6,1	23,1	161
	Фрукты в ассортименте	170	1,3	0,4	6,6	35
№686-2004	Зеленый чай с сахаром	200	0,2	0	12,9	52
	Хлеб пшеничный	50	4,1	0,7	18,1	95
	Хлеб ржаной	40	1,9	0,4	17,5	81
Сонник						
№260-2004	Молоко питьевое кипяченое	200	5,5	5,6	10	112

Составил шеф-повар  Явкаева Л.Р.