

Согласовано:

Директор

МКОУ Тазовская школа-интернат

А.А.Грешан



Утверждаю:

Председатель совета

Тазовского ПО

Ю.Я. Куцуров



**Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 02.12.2022**

День: пятница  
Неделя: первая  
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
<b>Завтрак</b>						
№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
<b>Обед</b>						
№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
<b>Полдник</b>						
	Мучное сдобное изд промышленного производства	100	7,0	12,3	51,3	344
	Сок в ассортименте	200	0,2	0,1	11	46
<b>Ужин</b>						
№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
<b>Сонник</b>						
№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 03.12.2022

День: суббота  
Неделя: первая  
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
<b>Завтрак</b>						
№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
<b>Обед</b>						
№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
<b>Полдник</b>						
	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
<b>Ужин</b>						
(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
<b>Сонник</b>						
	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. Кузуров



**Меню и пищевая ценностьготавливаемых блюд на 03.12.2022**

**День:** суббота  
**Неделя:** первая  
**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
<b>Завтрак</b>						
№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
<b>Обед</b>						
№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
<b>Полдник</b>						
	Фрукты в ассортименте	170	1,3	0,4	6,6	35
<b>Ужин</b>						
(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
<b>Сонник</b>						
	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. Куцуров



**Меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд на 03.12.2022**

**День:** суббота  
**Неделя:** первая  
**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
<b>Завтрак</b>						
№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
<b>Обед</b>						
№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 ПО

Ю.Я. Куцуров



**Меню и пищевая ценностьготавливаемых блюд на 04.12.2022**

День: воскресенье

Неделя: первая

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
<b>Завтрак</b>						
№1,3-2004	Бутерброд с маслом сыром	20/5/10	4,8	8,5	8,4	129
№ 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	20	0,9	0,2	8,7	41
<b>Обед</b>						
№71-2006	Помидор консервированный	100	0,6	0,2	4,2	21
№138-2004	Суп картофельный с крупой и курицей	250/10	4,1	8,1	16,3	155
№451-2004	Биточки из мяса с маслом сливочным	100/5	14,9	14,7	12,1	240
№225-2004	Овощи тушеные	180	1,6	11,0	16,5	171
№590-1996	Кисель из свежих ягод с Витамином С	200	0,1	0	19,9	80
	Хлеб пшеничный	50	4,1	0,7	18,1	95
	Хлеб ржаной	60	2,8	0,6	26,2	122
<b>Полдник</b>						
№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
<b>Ужин</b>						
№362-2002	Салат с морской капустой	100	0,2	4,5	3,2	54
№413-2004	Сосиски, сардельки, колбаса отварная с томатным соусом	100	7,4	12,1	1,9	146
№516-2004	Макаронные изделия отварные	180	5,0	4,7	39,8	221
	Сок в ассортименте	200	0,2	0,1	29,1	118
	Хлеб пшеничный	40	3,3	0,6	14,4	76
	Хлеб ржаной	20	0,9	0,2	8,7	41
<b>Сонник</b>						
№645-1996	Кисломолочный напиток	200	5,8	6,4	18,9	156



Согласовано:

Директор

МКОУ Тазовская школа-интернат

А.А.Грешан



Утверждаю:

Председатель совета

Тазовского ПО

Ю.Я. Куцуров



**Меню и пищевая ценностьготавливаемых блюд на 04.12.2022**

День: воскресенье

Неделя: первая

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
<b>Завтрак</b>						
№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
<b>Обед</b>						
№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
<b>Полдник</b>						
№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
<b>Ужин</b>						
№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
<b>Сонник</b>						
№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. Куцуров



**Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 04.12.2022**

День: воскресенье  
Неделя: вторая  
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
<b>Завтрак</b>						
№1,3-2004	Бутерброд с маслом	20/10	4,8	8,5	8,4	129
№ 94-2001	Каша боярская с маслом (из пшена)	200/5	7,2	7,9	35,0	240
№630-1996	Чай с молоком	200	2,1	1,8	17,6	95
	Хлеб ржаной	20	0,9	0,2	8,7	41
<b>Обед</b>						
№71-2006	Помидор консервированный	100	0,6	0,2	4,2	21
№138-2004	Суп картофельный с крупой и курицей	250/10	4,1	8,1	16,3	155
№451-2004	Биточки из мяса с маслом сливочным	100/5	14,9	13,7	12,1	231
№225-2004	Овощи тушеные	180	1,6	11,0	16,5	171
	Отвар из шиповника	200	0,2	0,1	29,1	118
	Хлеб пшеничный	50	4,1	0,7	18,1	95
	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 05.12.2022**

**День:** понедельник  
**Неделя:** вторая  
**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
<b>Завтрак</b>						
№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
<b>Обед</b>						
№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
<b>Полдник</b>						
	Фрукт банан	170	2,2	0,2	26,8	117
<b>Ужин</b>						
№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
<b>Сонник</b>						
№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.Кущуров



**Меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд на - 05.12.2022**

День:

понедельник

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
<b>Завтрак</b>						
№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
<b>Обед</b>						
№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
<b>Полдник</b>						
	<b>Фрукт банан</b>	<b>170</b>	<b>2,2</b>	<b>0,2</b>	<b>26,8</b>	<b>117</b>
<b>Ужин</b>						
№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
<b>Сонник</b>						
№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 05.12.2022

День: понедельник

Неделя: вторая

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
<b>Завтрак</b>						
№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
<b>Обед</b>						
№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 общего образования

А.А.Грешан



Утверждаю:

Председатель совета

Тазовского ПО

Ю.Я. Куцуров



**Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 06.12.2022**

День: вторник  
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
<b>Завтрак</b>						
№ 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
<b>Обед</b>						
№101-2004	Икра кабачковая промыш производства	100	1,5	4,4	7,3	75
№139-2004	Суп гороховый с гречками 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 тушеная	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
<b>Полдник</b>						
	Фрукты в ассортименте	160	7,0	12,3	51,3	344
<b>Ужин</b>						
№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
<b>Сонник</b>						
№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. Куцуров



**Меню и пищевая ценностьготавливаемых блюд на 06.12.2022**

День:

вторник

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
<b>Завтрак</b>						
№ 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
<b>Обед</b>						
№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
<b>Полдник</b>						
	Фрукты в ассортименте	120	5,9	10,8	45,3	302
<b>Ужин</b>						
№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
<b>Сонник</b>						
№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.Куцуров



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 06.12.2022

День: вторник  
Неделя: вторая  
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
<b>Завтрак</b>						
№ 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
	Мучное изделие промышленного производства	55	2,4	4,7	22,0	140
№685-2004	Чай с сахаром	200	0,2	0,0	20,4	82
<b>Обед</b>						
№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	114
	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 07.12.2022**

**День:** среда  
**Неделя:** вторая  
**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
<b>Завтрак</b>						
№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
<b>Обед</b>						
№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
<b>Полдник</b>						
ТТК	Булка промышленного производства	50	3,2	4,3	22,7	142
№260-2004	Сок в ассортименте	200	6,4	6,2	12	129
<b>Ужин</b>						
№461-1996	Котлеты рубленные 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
<b>Сонник</b>						
№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 07.12.2022**

День:

среда

Неделя:

вторая

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
<b>Завтрак</b>						
№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
<b>Обед</b>						
№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
<b>Полдник</b>						
ТТК	Булка промышленного производства	50	3,2	4,3	22,7	142
№260-2004	Сок в ассортименте	200	6,4	6,2	12	129
<b>Ужин</b>						
№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
<b>Сонник</b>						
№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 ценностьготавливаемых блюд на 07.12.2022**

День:

среда

Неделя:

вторая

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
<b>Завтрак</b>						
№2-2004	Бутерброд с джемом,повидлом	20/20	1,8	0,3	26,4	116
№365-2004	Каша манная с маслом	200/5	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
	Фрукты в ассортименте	150	1,2	1,2	30,8	139
<b>Обед</b>						
№50-2004	Нарезка из свеклы с сыром	100	5,1	9,9	5,1	130
№143-2004	Суп с макаронными изделиями с мясом	250/20	5,6	5,3	21	154
№152-2004	Гуляш	100	13,4	9,2	4,0	152
№302-204	Каша гречневая вязкая	180	5,6	6,1	27,5	187
	Сок в ассортименте	200	0,2	0,1	29,1	118
	Хлеб пшеничный	80	6,6	1,1	28,9	152
	Хлеб ржаной	30	1,4	0,3	13,1	61
<b>Полдник</b>						
	Кондитерское изделие	50				
	Чай с сахаром	200				

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 08.12.2022**

День: четверг  
Неделя: вторая  
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
<b>Завтрак</b>						
№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
<b>Обед</b>						
№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
<b>Полдник</b>						
	Мучное сдобное изделие промыш производства	100	7,0	12,3	51,3	344
	Сок в ассортименте	200	0,2	0,1	11	46
<b>Ужин</b>						
	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
№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
<b>Сонник</b>						
№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 08.12.2022**

День: четверг  
 Неделя: вторая  
 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
<b>Завтрак</b>						
№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
<b>Обед</b>						
№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
<b>Полдник</b>						
	Мучное сдобное изделие промыш производства	80	5,9	10,8	45,3	302
	Сок в ассортименте	200	0,2	0,1	11	46
<b>Ужин</b>						
	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
№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
<b>Сонник</b>						
№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 приготавливаемых блюд на 08.12.2022**

День: четверг  
Неделя: вторая  
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
<b>Завтрак</b>						
№1-2004	Бутерброд с маслом	20/10	1,6	7,4	10,0	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
<b>Обед</b>						
№43-2004	Салат из б/кочанной капусты	100	1,6	5,0	5,9	75
№142-2004	Суп с рыбными фрикадельками	250/30	10,8	8,6	15,2	181
№443-1996	Жаркое из птицы	300	23,3	21,4	19,7	365
№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	60	2,8	0,6	26,2	122

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 09.12.2022

День:

пятница

Неделя:

вторая

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
<b>Завтрак</b>						
№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
№686-2004	Чай с лимоном	200/5	0,1	0	15,2	61
	Сырок творожный глазированный	40	5,7	1,6	5,5	59
	Хлеб пшеничный	20	0,9	0,2	0,7	41
	Хлеб Забайкальский	20	1,6	0,3	7,2	38
<b>Обед</b>						
№10-2001	Нарезка из моркови и яблок	80	0,7	4,0	5,8	62
№131-2004	Рассольник домашний с мясом сметаной	250/10/5	4,3	4,1	14	110
№454-2004	Мясо духовое	100	13,4	9,2	4,5	154
№516-2004	Макаронные изделия отварные с маслом	150	4,1	3,8	33,1	183
№638-2004	Компот из сухофруктов	200	0,7	0	18,5	77
	Хлеб пшеничный	40	3,3	0,6	14,4	76
	Хлеб ржаной	30	1,4	0,3	13,1	61
<b>Полдник</b>						
ТТК	Кондитерское изделие	60	15,8	11,9	19,7	249
№260-2004	Молоко кипяченое	200	6,4	6,2	12	129
<b>Ужин</b>						
№310-1996	Рыба запеченная с маслом	80/5	13,3	7,3	4,1	135
ТТК	Гарнир пшеничный вязкий с морковью	150	1,3	5,9	24	154
	Сок в ассортименте	200	0,2	0,1	11	46
	Хлеб пшеничный	40	3,3	0,6	14,4	76
	Хлеб ржаной	20	1,6	0,3	7,2	38
<b>Сонник</b>						
№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 09.12.2022**

День:

пятница

Неделя:

вторая

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
<b>Завтрак</b>						
№3-2004	Бутерброд с сыром	20/15	3,7	4,5	8,2	88
№340-2004	Омлет натуральный с маслом	200	17,9	16,3	1,8	226
№686-2004	Чай с лимоном	200/5	0,1	0,0	15,2	61
	Хлеб пшеничный	40	3,3	0,6	14,4	76
	Хлеб ржаной	40	1,9	0,4	17,5	81
<b>Обед</b>						
№10-2001	Нарезка из моркови и яблок	100	0,9	5,0	7,2	77
№131-2004	Рассольник домашний с мясом сметаной	250/10/5	4,3	4,1	14	110
№413-2004	Сосиски, сардельки отварные с маслом	100	9,4	17,8	0,9	201
№516-2004	Макаронные изделия отварные с маслом	180	5,0	4,7	39,8	221
	Сок в ассортименте	200	0,2	0,1	29,1	118
	Хлеб пшеничный	70	5,7	1,0	25,3	133
	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 10.12.2022**

День:

суббота

Неделя:

вторая

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
<b>Завтрак</b>						
№2-2004	Бутерброд с джемом,повидлом	20/20	1,8	0,3	26,4	116
№262-1996	Каша манная молочная 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 ржаной	20	0,9	0,2	8,7	41
<b>Обед</b>						
Р.20/1-2011	Нарезка из свеклы отварной с маслом	100	1,4	5,0	6,8	78
ТТК	Суп "Волна" с мясом	250/10	6,1	6,4	9,8	121
№374-2004	Рыба,тушенная в томате с овощами	100/50	17,2	10,3	5,8	184
№203-2004	Картофель отварной с маслом зеленью	180	2,9	3,6	24,5	142
№638-2004	Компот из кураги с витамином С	200	0,9	0	28,2	116
	Хлеб пшеничный	60	4,9	0,8	21,7	114
	Хлеб ржаной	50	2,4	0,5	21,9	101
<b>Полдник</b>						
	Мучное сдобное изделие промыш производства	100	7,0	12,3	51,3	344
	Сок в ассортименте	200	0,2	0,1	11	46
<b>Ужин</b>						
ТТК	Капуста, тушенная с колбасой	270	15,2	17,4	18,5	291
№685-2004	Чай с сахаром	200	0,2	0,0	20,4	82
	Хлеб пшеничный	40	3,3	0,6	14,4	76
	Хлеб ржаной	40	1,9	0,4	17,4	81
<b>Сонник</b>						
	Йогурт в индивид 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. Куцуров



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 10.12.2022

День: суббота  
Неделя: вторая  
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
<b>Завтрак</b>						
№2-2004	Бутерброд с джемом, повидлом	20/20	1,8	0,3	26,4	116
№262-1996	Каша манная молочная 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 ржаной	15	0,7	0,2	6,6	30
<b>Обед</b>						
Р.20/1-2011	Нарезка из свеклы отварной с маслом	80	1,1	4	5,4	62
ТТК	Суп "Волна" с мясом	250/10	6,1	6,4	9,8	121
№374-2004	Рыба, тушеная в томате с овощами	80/50	14,7	8,2	4,7	151
№203-2004	Картофель отварной с маслом зеленью	150	2,4	3,2	20,5	120
№638-2004	Компот из кураги с витамином С	200	0,9	0	28	116
	Хлеб пшеничный	40	3,3	0,6	14,4	76
	Хлеб ржаной	40	1,9	0,4	17,5	81
<b>Полдник</b>						
	Мучное сдобное изделие промыш производства	80	5,9	10,8	45,3	302
	Сок в ассортименте	200	0,2	0,1	11	46
<b>Ужин</b>						
ТТК	Капуста, тушеная с колбасой	240	13,5	14,9	15,4	250
№685-2004	Чай с сахаром	200	0,2	0,0	15,4	62
	Хлеб пшеничный	20	0,9	0,2	0,7	41
	Хлеб ржаной	30	1,4	0,3	13,1	61
<b>Сонник</b>						
	Йогурт в индивидуальной упаковке	115	4,9	9,5	8,3	138

Составил 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 10.12.2022**

День: суббота

№ по сб. рецепт	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
<b>Завтрак</b>						
№2-2004	Бутерброд с джемом, повидлом	20/20	1,8	0,3	26,4	116
№262-1996	Каша манная молочная 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 ржаной	20	0,9	0,2	8,7	41
	Фрукты в ассортименте	150	1,2	1,2	30,8	139
<b>Обед</b>						
Р.20/1-2011	Нарезка из свеклы отварной с маслом	100	1,4	5,0	6,8	78
ТТК	Суп "Волна" с мясом	250/10	6,1	6,4	9,8	121
№374-2004	Рыба, тушеная в томате с овощами	100/50	17,2	10,3	5,8	184
№203-2004	Картофель отварной с маслом зеленью	200	3,2	7,3	27,3	188
№638-2004	Компот из кураги с витамином С	200	0,9	0,0	28,2	116
	Хлеб пшеничный	70	5,7	1,0	25,3	133
	Хлеб ржаной	50	2,4	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. Куцуров



**Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 11.12.2022**

День: воскресенье  
Неделя: вторая  
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
<b>Завтрак</b>						
№1-2004	Бутерброд с джемом и повидлом	20/10	1,6	7,4	10,0	114
№362-2004	Пудинг из творога со сгущенным молоком	200	22,5	12,8	29,7	324
№685-2004	Чай с конфетами	200/20	0,2	0,0	17,5	71
	Хлеб ржаной	20	0,9	0,2	8,7	41
<b>Обед</b>						
№45-2004	Салат из квашенной капусты с луком	100	1,6	5,0	7,6	82
№148-2004	Суп лапша домашняя с курицей	250/10	4,5	8,2	13,5	146
№433-2004	Мясо тушенное	100	13,4	9,2	4,8	156
№512-2004	Рис припущенный	180	4,4	4,3	40,9	220
№687-1996	Компот из плодов консервированных с Витамином С	200	0,4	0,0	37,5	152
	Хлеб пшеничный	40	3,3	0,6	14,4	76
	Хлеб ржаной	40	1,9	0,4	17,5	81
<b>Полдник</b>						
	Мучное сдобное изделие промыш производства	100	7,0	12,3	51,3	344
№260-2004	Молоко кипяченое 2,5%	200	5,5	5,6	10,0	112
<b>Ужин</b>						
№454-2004	Котлета мясо-картофельная по хвалынски с маслом	100/5	15,7	12,2	9,7	211
№524-2004	Овощи припущенные	180	4,9	5,7	20,4	153
	Сок в ассортименте	200	0,6	0,4	33,0	138
	Хлеб пшеничный	40	3,3	0,6	14,4	76
	Хлеб ржаной	40	1,9	0,4	17,5	81
<b>Сонник</b>						
№645-1996	Кисломолочный напиток	200	5,8	6,4	18,9	156

Составил шеф-повар  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 11.12.2022**

День: воскресенье  
 Неделя: вторая  
 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
<b>Завтрак</b>						
№1-2004	Бутерброд с маслом	20/5	1,4	3,8	10	114
№362-2004	Пудинг из творога со сгущеным молоком	170	19,1	10,9	25,2	275
№685-2004	Чай с конфетами	200/10	0,1	0	8,8	36
	Хлеб ржаной	10	0,7	0,2	6,6	30
<b>Обед</b>						
№45-2004	Салат из квашенной капусты с луком	80	1,3	4	6,1	65
№148-2004	Суп лапша домашняя с курицей	250/10	4,5	8,2	13,5	146
№433-2004	Мясо тушенное	100	13,4	9,2	4,8	156
№512-2004	Рис припущенный	150	3,7	3,6	34,1	184
№687-1996	Компот из плодов консервированных с Витамином С	200	0,4	0	37,5	152
	Хлеб пшеничный	30	2,5	0,4	10,8	57
	Хлеб ржаной	30	1,4	0,3	13,1	61
<b>Полдник</b>						
	Мучное сдобное изделие промыш производства	80	5,9	10,8	45,3	302
№260-2004	Молоко кипяченое	200	6,4	6,2	12	129
<b>Ужин</b>						
№454-2004	Котлета мясо-картофельная по хвалынски с маслом	80/5	12,5	9	7,8	162
№524-2004	Овощи припущенные	150	4,1	4,8	17	127
	Фрукты в ассортименте	170	1,3	0,4	6,6	35
	Сок в ассортименте	200	0,2	0,1	11	46
	Хлеб пшеничный	30	2,5	0,4	10,8	57
	Хлеб ржаной	30	1,4	0,3	13,1	61
<b>Сонник</b>						
№645-1996	Кисломолочный напиток	200	5,8	6,4	18,9	156

Составил 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 11.12.2022**

День:

воскресенье

Неделя:

вторая

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
<b>Завтрак</b>						
№1-2004	Бутерброд с маслом	20/10	1,6	7,4	10,0	114
№362-2004	Пудинг из творога со сгущенным молоком	200	22,5	12,8	29,7	324
№685-2004	Чай с конфетами	200/20	0,2	0,0	17,5	71
	Хлеб ржаной	20	0,9	0,2	8,7	41
	Фрукт банан	170	2,2	0,2	26,8	117
<b>Обед</b>						
№45-2004	Салат из квашенной капусты с луком	100	1,6	5,0	7,6	82
№148-2004	Суп лапша домашняя с курицей	250/10	4,5	8,2	13,5	146
№433-2004	Мясо тушенное	100	13,4	9,2	4,8	156
№512-2004	Рис припущенный	180	4,4	4,3	40,9	220
№687-1996	Компот из плодов консервированных с Витамином С	200	0,4	0,0	37,5	152
	Хлеб пшеничный	70	5,7	1,0	25,3	133
	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 12.12.2022**

День: понедельник  
 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
<b>Завтрак</b>						
№1,3-2004	Бутерброд с маслом сыром	20/5/10	4,8	8,5	8,4	129
№311-2004	Каша ячневая жидкая с маслом	200/5	6,6	8,6	27,2	213
№686-2004	Чай с лимоном	200/5	0,1	0	15,2	61
	Хлеб пшеничный	30	4,9	0,8	21,7	114
	Хлеб ржаной	20	0,9	0,2	8,7	41
<b>Обед</b>						
№71-2004	Винегрет	100	1,5	5,0	16,1	115
№42-2001	Суп картофельный с рыбой	250/30	7,6	7,1	15,2	155
№401-1996	Биточки рубленные из птицы с соусом	100/5	14,3	14,1	11,8	231
№302-204	Каша гречневая вязкая	180	5,6	6,1	27,5	187
№638-2004	Компот из сухофруктов с Витамином 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
<b>Полдник</b>						
	Мучное сдобное изделие промыш производства	80	5,9	10,8	45,3	302
№260-2004	Молоко кипяченое 2,5%	200	5,5	5,6	1,0	112
<b>Ужин</b>						
р.17-2004	Салат из соленых огурцов с луком	100	1,5	5,0	4,1	67
№387-2004	Рыба, запеченная в тесте с маслом	100/5	16,3	8,6	6,4	168
№520-2004	Пюре картофельное	180	3,6	6,1	23,1	161
	Сок в ассортименте	200	0,2	0,1	29,1	118
	Хлеб пшеничный	30	2,5	0,4	10,8	57
	Хлеб ржаной	30	1,4	0,3	13,1	61
<b>Сонник</b>						
№645-1996	Кисломолочный напиток	200	5,8	6,4	18,9	156

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 12.12.2022

День: понедельник

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
<b>Завтрак</b>						
№1,3-2004	Бутерброд с маслом сыром	20/5/15	4,8	8,5	8,4	129
№311-2004	Каша ячневая жидкая с маслом	200/5	6,6	8,6	27,2	213
№686-2004	Чай с лимоном	200/5	0,1	0	15,2	61
	Хлеб пшеничный	15	1,2	0,2	5,4	28
	Хлеб ржаной	15	0,7	0,2	6,6	30
<b>Обед</b>						
№71-2004	Винегрет	80	1,2	4	12,9	92
№42-2001	Суп картофельный с рыбой	250/30	7,6	7,1	15,2	155
№401-1996	Биточки рубленые из птицы с соусом	80/50	11,4	11,3	9,4	185
№302-204	Каша гречневая вязкая	150	4,6	4,9	22,9	154
№638-2004	Компот из сухофруктов с Витамином С	200	0,7	0	18,5	77
	Хлеб пшеничный	30	2,5	0,4	10,8	57
	Хлеб ржаной	30	1,4	0,3	13,1	61
<b>Полдник</b>						
	Мучное изделие промышленного производства	50	3,5	2,5	20,5	119
	Фрукт банан	180	2,8	0,2	31,2	137
№260-2004	Молоко кипяченое 2,5%	200	5,5	5,6	10,0	112
<b>Ужин</b>						
р.17-2004	Салат из соленых огурцов с луком	80	1,2	4,0	3,3	54
№387-2004	Рыба, запеченная в тесте с маслом	80/5	13,0	6,9	5,1	135
№520-2004	Пюре картофельное	150	3,0	5,0	19,2	134
	Сок в ассортименте	200	0,2	0,1	29,1	118
	Хлеб пшеничный	30	2,5	0,4	10,8	57
	Хлеб ржаной	30	1,4	0,3	13,1	61
<b>Сонник</b>						
№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 12.12.2022**

День: понедельник  
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
<b>Завтрак</b>						
№1,3-2004	Бутерброд с маслом сыром	20/5/10	4,8	8,5	8,4	129
№311-2004	Каша ячневая жидкая с маслом	200/5	6,6	8,6	27,2	213
№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
	Фрукты в ассортименте	150	1,2	1,2	30,8	139
<b>Обед</b>						
№71-2004	Винегрет	100	1,5	5,0	16,1	115
№42-2001	Суп картофельный с рыбой	250/30	7,6	7,1	15,2	155
№401-1996	Биточки рубленые из птицы с соусом	100/50	14,3	14,1	11,8	231
№302-204	Каша гречневая вязкая	180	5,6	6,1	27,5	187
	Сок в ассортименте	200	0,2	0,1	29,1	118
	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.