

Согласовано:

Директор

МКОУ Тазовская школа-интернат

А.А.Грешан



Утверждаю:

Председатель совета

Тазовского ПО

Ю.Я. Куцуров



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 27.10.2022

День:

четверг

Неделя:

пятая

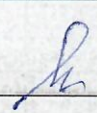
Сезон:

весна-лето

Возрастная категория:

7-10лет

№ по сб. рецепт	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
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 приготовляемых блюд на 28.10.2022

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

№ по сб. рецепт	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
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 тушеная 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.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 21.10.2022

День:

пятница

Неделя:

четвертая

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	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.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 21.10.2022

День: пятница
Неделя: четвертая
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	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



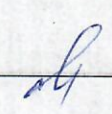
Утверждаю:
 Председатель совета
 Тазовского ПО
 Ю.Я. Куцуров



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 23.10.2022

День: воскресенье
 Неделя: четвертая
 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	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"	100	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	100	9,4	17,8	0,9	201
	Макаронные изделия отварные с маслом	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	Шницель рыбный натуральный	100	0,9	5,0	7,2	77
№2-2004	Картофель отварной с маслом, зеленью	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.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 23.10.2022

День: воскресенье
 Неделя: четвертая
 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	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.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 22.10.2022

День: суббота
Неделя: четвертая
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	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 тушенная	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 ПО
 Ю.Я. Куцуров



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 22.10.2022

День: суббота
 Неделя: четвертая
 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	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
 А.А.Грешан



Утверждаю:
 Председатель совета
 Тазовского ПО
 Ю.Я. Куцуров



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 24.10.2022

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

№ по сб. рецепт	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
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. Куцуров



Меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд на 25.10.2022

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

№ по сб. рецепт	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
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 25.10.2022

День:

вторник

Неделя:

пятая

Сезон:

весна-лето

Возрастная категория:

7-10лет

№ по сб. рецепт	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
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 ПО
Ю.Я. Куцуров



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 26.10.2022

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

№ по сб. рецепт	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
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	80	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	80	9,4	17,8	0,9	201
	Пюре картофельное	150	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	80	0,9	5,0	7,2	77
№2-2004	Гречка отварная вязкая	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 26.10.2022

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

№ по сб. рецепт	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
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
Грешан А.А.



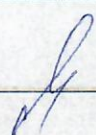
Утверждаю:
Председатель совета
Тазовского ПО
Ю.Я. Куцуров

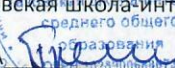




Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 31.10.2022

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						
№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:  казенное
Директор общеобразовательное
МКОУ Тазовская школа-интернат учреждение
Грешан А.А. 

Утверждаю: 
Председатель совета
Тазовского ПО
Ю.Я. Куцуров 

Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 29.10.2022

День: суббота
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 28.10.2022

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						
№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	100	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	100	13,3	11,0	0,0	185
№524-2004	Овощи припущенные	180	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
А.А.Грешан



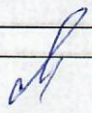
Утверждаю
Председатель совета
Тазовского ПО
Ю.Я. Куцуров



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 27.10.2022

День: четверг
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						
№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	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
А.А.Грешан



Утверждаю:
Председатель совета
Тазовского ПО
Ю.Я. Куцуров



Меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд на 26.10.2022


Неделя: среда
Сезон: третья
Возрастная категория: весна-лето
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:  Муниципальное
 «казенное
 общеобразовательное
 МКОУ Тазовская школа-интернат
 Тазовская школа-интернат
 среднего общего
 образования»
 ОГРН 1028900688673


А.А.Грешан

Утверждаю:
 Председатель совета
 Тазовского ПО
 Ю.Я. Куцуров 

Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 25.10.2022

День: вторник
 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
	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




Утверждаю:
Председатель совета
Тазовского ПО



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 24.10.2022

День: понедельник
Неделя: четвертая
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

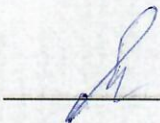
Ю.Я. Куцуров



Меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд на 22.10.2022

День: суббота
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						
№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 21.10.2022

День: пятница
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

А.А.Грешан



Утверждаю:

Председатель совета

Тазовского ПО

Ю.Я. Куцуров



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 31.10.2022

День: понедельник

Неделя: шестая

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. Куцуров



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 31.10.2022

День: понедельник
Неделя: шестая
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. Куцуров



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 30.10.2022

День: воскресенье

Неделя: пятая

Сезон: весна-лето

Возрастная категория: 7-10лет

№ по сб. рецепт	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
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. Куцуров



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 30.10.2022

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

№ по сб. рецепт	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
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.П.

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



Утверждаю:
 Председатель совета
 Тазовского ПО
 Ю.Я. Куцуров



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 29.10.2022

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

№ по сб. рецепт	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
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

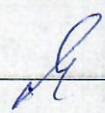
Ю.Я. Куцуров



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 29.10.2022

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

№ по сб. рецепт	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
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.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 15.11.2022

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
Завтрак						
№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
Обед						
№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.

Согласовано:

Директор

МКОУ Тазовская школа-интернат

А.А.Грешан



Утверждаю:

Председатель совета

Тазовского ПО

Ю.Я. Куцуров



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 14.11.2022

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
Завтрак						
№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
Обед						
№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 12.11.2022

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
Завтрак						
№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
Обед						
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 11.11.2022

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
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	200/5	0,1	0,0	15,2	61
	Сырок творожный глазированный	40	3,2	8,1	6,5	112
	Хлеб пшеничный	40	3,3	0,6	14,4	76
	Хлеб ржаной	40	1,9	0,4	17,5	81
Обед						
№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 приготавливаемых блюд на 10.11.2022

День: четверг
Неделя: вторая
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						
№1-2004	Бутерброд с маслом	20/10	1,6	7,4	10,0	114
№311-2004	Каша пшеничная 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	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.Р.

Согласовано:

Директор

МКОУ Тазовская школа-интернат

А.А.Грешан



Утверждаю:

Председатель совета

Тазовского ПО

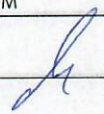
Ю.Я. Куцуров



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 09.11.2022

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
Завтрак						
№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
Обед						
№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
Полдник						
	Кондитерское изделие	50				
	Чай с сахаром	200				

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 08.11.2022

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
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
№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
Обед						
№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 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
образования
А.А.Грешан



Утверждаю:
Председатель совета
Тазовского ПО
Ю.Я. Куцуров



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 07.11.2022

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
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 10.11.2022

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

№ по сб. рецепт	Наименование блюда	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 пшениная 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 запеченная по ленинградски	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 _____ Явкаяева 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 09.11.2022

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

№ по сб. рецепт	Наименование блюда	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
№576-1996	Соус из свежих ягод	30	0,2	0,1	7,9	33
№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	Пирог манный	50	3,2	4,3	22,7	142
№260-2004	Молоко кипяченое	200	6,4	6,2	12	129
	Фрукт банан	170	2,2	0,2	26,8	117
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 - 08.11.2022

День: вторник
 Неделя: первая
 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						
№ 96-2004	Масло сливочное	10	0,1	7,3	0,1	67
№97-2004	Сыр порциями	20	4,6	5,8	0,0	71
№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 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
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						
№101-2004	Помидоры в собственном соку	100				
№436-2004	Жаркое по домашнему	230	19,2	13,7	32,2	329
	Фрукты в ассортименте	200	1,7	0,5	14	68
№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	Молоко питьевое кипяченое	200	5,5	5,6	10	112

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 08.11.2022

День: вторник
 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
Завтрак						
№96-2004	Масло сливочное	5	0,1	3,7	0,1	33
№97-2004	Сыр порциями	15	3,5	4,4	0,0	53
№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 гречками 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 тушеная	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						
	Мучное сдобное изделие промыш производства	80	5,9	10,8	45,3	302
	Сок в ассортименте	200	0,2	0,1	11	46
Ужин						
№101-2004	Помидоры в собственном соку	80				
№436-2004	Жаркое по домашнему	230	19,2	13,7	32,2	329
	Фрукты в ассортименте	200	1,7	0,5	14	68
№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	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 07.11.2022

День: понедельник
 Неделя: первая
 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						
№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
	Кондитерское издел.	50	4,5	3,5	32,4	179
	Сок в ассортименте	200	0,2	0,1	29,1	118
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. Куцуров



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 07.11.2022

День: понедельник
 Неделя: первая
 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 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
	Кондитерское издел.	45	4,2	3,3	31,5	173
	Сок в ассортименте	200	0,2	0,1	11	46
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.Грешану



Утверждаю:
 Председатель совета
 Тазовского ПО
 Ю.Я. Куцуров



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 06.11.2022

День: воскресенье
 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						
№1,3-2004	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
Обед						
№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
Полдник						
№300-2004	Запеканка из творога со сгущенным молоком	200	21,2	11,3	30,5	309
№260-2004	Молоко кипяченое	200	5,5	5,6	10,0	112
Ужин						
№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
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 06.11.2022

День: воскресенье
 Неделя: пятая
 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						
№1,3-2004	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
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

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 05.11.2022

День: суббота
 Неделя: пятая
 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
№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 индивид	115	4,9	9,5	8,3	138

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



Утверждаю:
Председатель совета
Тазовского ПО
Ю.Я. Куцуров



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 05.11.2022

День: суббота
Неделя: пятая
Сезон: осень-зима
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
№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						
	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. Куцуров



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 04.11.2022

День: пятница
 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	20/5	1,4	3,8	10	114
№340-2004	Каша "Солнечная" с маслом	200	17,9	16,3	1,8	226
№642-1996	Какао с молоком	200	3,9	3,7	19,4	127
	Хлеб ржаной	40	5,7	1,6	5,5	59
Обед						
№21-2004	Помидоры консервированные	100	1,1	5,0	4,1	66
№124-2004	Уха рыбацкая	250/10/5	4,2	7,7	6,8	113
№494-2004	"Курочка ряба"	105	16,6	14,7	0,0	232
№524-2004	Компот из свежих ягод Витамин С	180	4,9	5,7	20,4	153
№357-2002	Хлеб пшеничный	200	0,1	0	17,3	70
	Хлеб ржаной	80	6,6	1,1	28,9	152
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	Сосиски, колбаса отварные в соусе	100	0,6	0,2	2,2	14
№430-1996	Макаронные изделия отварные с 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	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. Куцуров



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 04.11.2022

День: пятница
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
№340-2004	Каша "Солнечная" 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	Помидоры консервированные	80	1,1	5,0	4,1	66
№124-2004	Уха рыбацкая	250/30	4,2	7,7	6,8	113
№524-2004	"Курочка ряба"	250	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	Сосиски, колбаса отварные в соусе	80	13,9	12,1	1,5	171
№430-1996	Макаронные изделия отварные с 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
 А.А.Грешан




Утверждаю:
 Председатель совета
 Тазовского ПО
 Ю.Я. Куцуров



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 31.01.2020

День: пятница
 Неделя: пятая
 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						
№1,3-2004	Бутерброд с маслом	20/5/15	4,8	8,5	8,4	129
№162-1996	Омлет натуральный с масломс	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	Кукуруза консервированная	100	2,6	5,0	14,0	111
ТТК	Рассольник с мясом, сметаной	100	2,6	5,0	14,0	111
№181-1996	Курица запеченная с маслом	250/30	7,7	6,9	10,4	135
ТТК	Овощи припущенные	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 издел.	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 ПО
 Ю.Я. Куцуров



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 03.11.2022

День: четверг
 Неделя: пятая
 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						
№1,3-2004	Бутерброд с маслом	20/10	4,8	8,5	8,4	129
№162-1996	Омлет натуральный с масломс	200	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	Кукуруза консервированная	80	2,1	4	11,2	89
№181-1996	Рассольник с мясом, сметаной	250/5/10	7,7	6,9	10,4	135
ТТК	Курица запеченная с маслом	80	15,2	12	24,3	266
ТТК	Овощи припущенные	150	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 издел.	45	4,2	3,3	31,5	173
	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 приготавливаемых блюд на 03.11.2022

День: четверг
Неделя: пятая
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						
№1,3-2004	Бутерброд с маслом	20/10	4,8	8,5	8,4	129
№162-1996	Омлет натуральный с масломс	200	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	Кукуруза консервированная	80	2,1	4	11,2	89
№181-1996	Рассольник с мясом, сметаной	250/5/10	7,7	6,9	10,4	135
ТТК	Курица запеченная с маслом	80	15,2	12	24,3	266
ТТК	Овощи припущенные	150	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 издел.	45	4,2	3,3	31,5	173
	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



Утверждаю:
 Председатель совета
 Тазовского ПО
 Ю.Я. Куцуров



Меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд на 02.11.2022

День: среда
 Неделя: пятая
 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	Пирожок печенный с яблоком	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	80	0,6	4,8	3,1	59
№391-2004	Рыба запеченная 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

Составил шеф-повар  Явкаева Л.Р.

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




Утверждаю:
 Председатель совета
 Тазовского ПО
 Ю.Я. Куцуров



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 02.11.2022

День: среда
 Неделя: пятая
 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						
№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	Мясо тушенное с картофелем	250	7,5	14,2	0,7	161
№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	Пирожок печенный с яблоком	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	80	0,6	4,8	3,1	59
№391-2004	Рыба запеченная 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

Составил шеф-повар  Явкаева Л.Р.

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



Утверждаю:
 Председатель совета
 Тазовского ПО
 Ю.Я. Куцуров



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 01.11.2022

День: вторник
 Неделя: пятая
 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						
№ 96-2004	Масло сливочное	10	0,1	7,3	0,1	67
№311-2004	Каша геркулесовая с маслом	200/5	7,8	8,1	22,6	195
№685-2004	Какао с молоком	200	3,9	3,7	19,4	127
	Хлеб ржаной	20	1,6	0,3	7,2	38
Обед						
№101-2004	Помидор консервированный	100	0,6	0,2	4,2	21
№133-2004	Суп картофельный с мясом. крупой	250/10/5	4,5	4,8	15,5	123
№474-2004	Гуляш	100	15,1	17,1	6,2	239
№215-1996	Рис припущенный	170	2,3	5,9	16,2	127
№585-1996	Компот из свежих ягод +Витамин "С"	200	0,2	0	25,6	103
	Хлеб пшеничный	100	8,2	1,4	36,1	190
	Хлеб ржаной	60	2,8	0,6	26,2	122
Полдник						
№698 716-1996	Кондитерское изделие промышленного производства	80	12,1	7,2	44,2	290
	Сок в ассортименте	200	0,2	0,1	11	46
ужин						
ТТК	Курица запеченная	200	17,1	18,3	19,2	310
ТТК	Пюре картофельное	200	17,1	18,3	19,2	310
№686-2004	Зеленый чай с/с	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						
Р.645-1996	Кисломолочный продукт	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 01.11.2022

День: вторник
 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						
№ 96-2004	Масло сливочное	10	0,1	3,7	0,1	33
№311-2004	Каша геркулесовая с маслом	200/5	7,8	8,1	22,6	195
№685-2004	Какао с молоком	200	3,9	3,7	19,4	127
	Хлеб ржаной	15	0,7	0,2	6,6	30
Обед						
№101-2004	Помидор консервированный	80	0,5	0,2	3,4	17
№133-2004	Суп картофельный с мясом, крупой	250/10	4,5	4,8	15,5	123
№474-2004	Гуляш	80	15,1	17,1	6,2	239
№215-1996	Рис припущенный	150	2,3	5,9	16,2	127
№585-1996	Компот из свежих ягод +Витамин"С"	200	0,2	0	25,6	103
	Хлеб пшеничный	80	6,6	1,1	28,9	152
	Хлеб ржаной	40	1,9	0,4	17,5	81
Полдник						
№698 716-1996	Кондитерское изделие промышленного производства	80	12,1	7,2	44,2	290
	Сок в ассортименте	200	0,2	0,1	11	46
ужин						
ТТК	Курица запеченная	80	11,5	13,5	19,2	244
ТТК	Пюре картофельное	150	11,5	13,5	19,2	244
ТТК	Зеленый чай с/с	170	11,5	13,5	19,2	244
№686-2004	Хлеб пшеничный	200	0,2	0	12,9	52
	Хлеб ржаной	50	4,1	0,7	18,1	95
Сонник						
Р.645-1996	Кисломолочный продукт	200	5,8	6,4	18,9	156

Составил шеф-повар  Явкаева Л.Р.