

Согласовано:

И.О. Директор

МКОУ Тазовская школа-интернат

Утверждаю:

Председатель совета

Тазовского ПО

Ю.Я. Кудуров

Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 06.01.2023

День: пятница

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						
№1,3-2004	Бутерброд с маслом	20/10	4,5	7,5	8,4	119
№ 94-2001	Каша с маслом (из пшена)	200/5	7,2	8,9	35	249
№630-1996	Кофейный напиток	200	2,1	1,8	17,6	95
	Кондитерское изделие	20	0,7	0,2	6,6	30
	Йогурт в индивидуальной упаковке	95				
	Хлеб ржаной	15	0,7	0,2	6,6	30
Обед						
№71-2006	Садат из белокочанной капусты с зеленым горошком	100	0,5	0,2	3,4	17
№138-2004	Солянка домашняя с сметаной	250/30/5	4,1	8,1	16,3	156
№451-2004	Шницель из мяса	100/5	11,9	10,2	9,7	178
№225-2004	Рис отварной припущенный с овощами "Мозаика"	180	1,3	9,2	13,8	143
№590-1996	Компот из апельсинов	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	Кондитерское изделие	40	15,9	8,5	22,9	232
№260-2004	Шоколадный напиток "Несквик"	200	6,4	6,2	12	129
Ужин						
№362-2002	Салат из отварной свеклы с чесноком	100	0,2	3,6	2,6	43
№413-2004	Тефтели рыбные с маслом	80	7,4	12,1	1,9	146
№516-2004	Пюре картофельное	180	4,1	3,8	33,1	183
	Сок в ассортименте	200	0,2	0,1	11	46
	Ягода свежая	100				
	Хлеб пшеничный	20	0,9	0,2	0,7	41
	Хлеб ржаной	30	1,4	0,3	13,1	61
Сонник						
№645-1996	Кондитерское изделие	20				
№645-1996	Кисломолочный напиток	200	5,8	6,4	18,9	156

Составил шеф-повар  Явкаяева Л.Р.

Согласовано:

Утверждаю:

И.О.Директор

Председатель совета

МКОУ Тазовская школа-интернат

Тазовского ПО

Ю.Я. Куцуров

Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 06.01.2023

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

№ по сб. рецеп	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
Завтрак						
№1,3-2004	Бутерброд с маслом	20/10	4,5	7,5	8,4	119
№ 94-2001	Каша с маслом (из пшена)	200/5	7,2	8,9	35	249
№630-1996	Кофейный напиток	200	2,1	1,8	17,6	95
	Кондитерское изделие	20	0,7	0,2	6,6	30
	Йогурт в индивидуальной упаковке	95				
	Хлеб ржаной	15	0,7	0,2	6,6	30
Обед						
№71-2006	Садат из белокочанной капусты с зеленым горошком	80	0,5	0,2	3,4	17
№138-2004	Солянка домашняя с сметаной	250/30/5	4,1	8,1	16,3	156
№451-2004	Шницель из мяса	80/5	11,9	10,2	9,7	178
№225-2004	Рис отварной припущенный с овощами"Мозаика"	150	1,3	9,2	13,8	143
№590-1996	Компот из апельсинов	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	Кондитерское изделие	40	15,9	8,5	22,9	232
№260-2004	Шоколадный напиток "Несквик"	200	6,4	6,2	12	129
Ужин						
№362-2002	Салат из отварной свеклы с чесноком	80	0,2	3,6	2,6	43
№413-2004	Тефтели рыбные с маслом	80	7,4	12,1	1,9	146
№516-2004	Пюре картофельное	150	4,1	3,8	33,1	183
	Сок в ассортименте	200	0,2	0,1	11	46
	Ягода свежая	100				
	Хлеб пшеничный	20	0,9	0,2	0,7	41
	Хлеб ржаной	30	1,4	0,3	13,1	61
Сонник						
№645-1996	Кондитерское изделие	20				
№645-1996	Кисломолочный напиток	200	5,8	6,4	18,9	156

Составил шеф-повар  Явкаева Л.Р.

Согласовано:

Утверждаю:

И.О.Директор

Председатель совета

МКОУ Тазовская школа-интернат

Тазовского ПО

Ю.Я. Куцуров

Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 07.01.2023

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

№ по сб. рецеп	Наименование блюда	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
Завтрак						
№1-2004	Бутерброд с сыром	20/15	1,4	3,8	10	114
№262-1996	Каша рисовая молочная с маслом	200/5	8,5	6,2	30,2	211
№642-1996	Чай с сахаром	200	3,9	3,7	19,4	127
	Йогурт в индивидуальной упаковке	95				
	Хлеб ржаной	20	1,6	0,3	7,2	38
Обед						
№101-2004	Помидоры консервированный	100	6,9	0,3	10	70
№34-2004	Суп с крупой с мясом	250/10	5,1	5,9	21	158
№423-2004	Жаркое по-домашнему	300	14,1	9,9	4,1	162
№357-2002	Компот из сухофруктов	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						
	Кондитерское изделие	60	2,2	0,2	26,8	117
	Сок в ассортименте	200	5,9	21	158	117
	Фрукты в ассортименте	120				
Ужин						
№494-2004	Оладьи из печени с маслом	100	13,3	11	0	185
№203-2004	Каша гречневая вязкая	180	2,4	3,2	20,5	120
№686-2004	Компот из свежих ягод	200	0,2	0	12,9	52
Фрукты в ассортименте	Фрукты в ассортименте	100				
	Хлеб пшеничный	40	3,3	0,6	14,4	76
	Хлеб ржаной	30	1,4	0,3	13,1	61
Сонник						
№645-1996	Молоко витаминизированное в индивидуальной упаковке	200	5,8	6,4	18,9	156

Составил шеф-повар  Явкаева Л.Р.

Согласовано:

И.О. Директор

МКОУ Тазовская школа-интернат

Утверждаю:

Председатель Совета

Тазовского ПО

Ю.Я. Куцуров



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 07.01.2023

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

№ по сб. рецеп	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
Завтрак						
№1-2004	Бутерброд с сыром	20/15	1,4	3,8	10	114
№262-1996	Каша рисовая молочная с маслом	200/5	8,5	6,2	30,2	211
№642-1996	Чай с сахаром	200	3,9	3,7	19,4	127
	Йогурт в индивидуальной упаковке	95				
	Хлеб ржаной	20	1,6	0,3	7,2	38
Обед						
№101-2004	Помидоры консервированный	80	6,9	0,3	10	70
№34-2004	Суп с крупой с мясом	250/10	5,1	5,9	21	158
№423-2004	Жаркое по-домашнему	250	14,1	9,9	4,1	162
№357-2002	Компот из сухофруктов	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						
	Кондитерское изделие	60	2,2	0,2	26,8	117
	Сок в ассортименте	200	5,9	21	158	117
	Фрукты в ассортименте	120				
Ужин						
№494-2004	Оладьи из печени с маслом	80	13,3	11	0	185
№203-2004	Каша гречневая вязкая	150	2,4	3,2	20,5	120
№686-2004	Компот из свежих ягод	200	0,2	0	12,9	52
	Фрукты в ассортименте	100				
	Хлеб пшеничный	40	3,3	0,6	14,4	76
	Хлеб ржаной	30	1,4	0,3	13,1	61
Сонник						
№645-1996	Молоко витаминизированное в индивидуальной упаковке	200	5,8	6,4	18,9	156

Составил шеф-повар  Явкаева Л.Р.

Согласовано:

И.О. Директор

МКОУ Тазовская школа-интернат



Утверждаю:

Председатель совета

Тазовского ПО

Ю.Я. Куцуров



Меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд на 08.01.2023

День: воскресенье

Неделя: первая

Сезон: осень-зима

Возрастная категория: 7-10 лет

№ по сб. рецеп	Наименование блюда	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
Завтрак						
№ 96-2004	Масло сливочное/сыр	5/15	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	Суп молочный с крупой	200/5	9,1	9,3	28,6	235
№685-2004	Кофейный напиток	200	0,2	0,0	15,4	62
Обед						
№101-2004	Салат из свежих помидоров	100	1,2	3,5	5,8	60
№139-2004	Суп из овощей с яйцом, мясом	250/10	9,1	4,8	30,2	200
№388-2004	Рыба запеченная с маслом	100	11,1	7,2	14,5	167
№482-1996	Картофель отварной с маслом	180	3,8	6,9	16,1	141
№482-1996	Сок в ассортименте	200	3,8	6,9	16,1	141
№638-2004	Хлеб пшеничный	200	0,7	0	18,5	77
	Хлеб ржаной	30	2,5	0,4	10,8	57
Полдник						
	Фрукты в ассортименте	100	5,9	10,8	45,3	302
	Кондитерское изделие	40				
	Молоко питьевое кипяченое	180	5,9	10,8	45,3	302
Ужин						
№101-2004	Яйцо оварное	40				
	Огурцы консервированные	100	19,2	13,7	32,2	329
№101-2004	Котлета рубленая из птицы	100				
№436-2004	Макаронные изделия отварные с маслом	180	19,2	13,7	32,2	329
	Чай с лимоном и апельсином "Цитрусовый заряд"	200	19,2	13,7	32,2	329
	Хлеб пшеничный	30	2,5	0,4	10,8	57
	Хлеб ржаной	20	1,6	0,3	7,2	38
Сонник						
№260-2004	Кондитерское изделие	20				
№260-2004	Кисломолочный напиток	200	5,5	5,6	10	112

Составил шеф-повар  Явкаева Л.Р.

Согласовано:

И.О.Директор

МКОУ Тазовская школа-интернат

Шушакова М.П.

учреждение
среднего общего
образования
ОГРН 1028900638973

Утверждаю:

Председатель совета

Тазовского ПО

Ю.Я. Куцуров

Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 08.01.2023

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

№ по сб. рецеп	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
Завтрак						
№ 96-2004	Масло сливочное/сыр	5/15	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	Суп молочный с крупой	200/5	9,1	9,3	28,6	235
№685-2004	Кофейный напиток	200	0,2	0,0	15,4	62
Обед						
№101-2004	Салат из свежих помидоров	80	1,2	3,5	5,8	60
№139-2004	Суп из овощей с яйцом, мясом	250/10	9,1	4,8	30,2	200
№388-2004	Рыба запеченная с маслом	80	11,1	7,2	14,5	167
№482-1996	Картофель отварной с маслом	150	3,8	6,9	16,1	141
№482-1996	Сок в ассортименте	200	3,8	6,9	16,1	141
№638-2004	Хлеб пшеничный	200	0,7	0	18,5	77
	Хлеб ржаной	30	2,5	0,4	10,8	57
Полдник						
	Фрукты в ассортименте	100	5,9	10,8	45,3	302
	Кондитерское изделие	40				
	Молоко питьевое кипяченое	180	5,9	10,8	45,3	302
Ужин						
№101-2004	Яйцо оварное	40				
	Огурцы консервированные	80	19,2	13,7	32,2	329
№101-2004	Котлета рубленая из птицы	80				
№436-2004	Макаронные изделия отварные с маслом	150	19,2	13,7	32,2	329
	Чай с лимоном и апельсином "Цитрусовый заряд"	200	19,2	13,7	32,2	329
	Хлеб пшеничный	30	2,5	0,4	10,8	57
	Хлеб ржаной	20	1,6	0,3	7,2	38
Сонник						
№260-2004	Кондитерское изделие	20				
№260-2004	Кисломолочный напиток	200	5,5	5,6	10	112

Составил шеф-повар  Явкаева Л.Р.

Согласовано:

И.О. Директор

МКОУ Тазовская школа-интернат

учреждение
Тазовская школа-интернат
среднего общего
образования
ОГРН 102890638887

Утверждаю:

Председатель совета

Тазовского ПО

Ю.Я. Куцуров

Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 09.01.2023

День: понедельник

Неделя: вторая

Сезон: осень-зима

Возрастная категория: 7-10 лет

№ по сб. рецеп	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
Завтрак						
№2-2004	Бутерброд с маслом	20/10	1,8	0,3	26,4	116
№365-2004	Суфле "Чизкейк" (творожное с печеньем) с молоком	180	9,2	6,3	25,4	195
№630-1996	Какао с молоком	200	2,1	1,8	17,6	95
	Фрукты в ассортименте	100	0,5	0,1	4,4	20
	Хлеб ржаной	10	0,5	0,1	4,4	20
Обед						
№50-2004	Салат из моркови и яблок	100	4,0	8,0	4,1	104
№143-2004	Щи из свежей капусты с мясом, сметаной	250/10/5	5,6	5,3	21	154
№152-2004	Печень тушенная с овощами	100	13,4	9,2	4	152
№302-204	Пюре картофельное	180	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	Фрукты в ассортименте	120	3,2	4,3	22,7	142
	Кондитерское изделие	40				
	Сок в ассортименте	200				
Ужин						
	Сыр (порционно)	15	11,7	7,9	9,7	157
ТТК	Горошек зеленый консервированный	100	2,3	5,9	16,2	127
№461-1996	Омлет с мясом, маслом	300	11,7	7,9	9,7	157
№215-1996	Чай с сахаром	200	2,3	5,9	16,2	127
	Кондитерское изделие	20	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	Молоко витаминизированное в индивидуальной упаковке	200	5,8	6,4	18,9	156

Составил шеф-повар  Явкаева Л.Р.

Согласовано:

И.О.Директор

МКОУ Тазовская школа-интернат



Утверждаю:

Председатель совета

Тазовского ПО

Ю.Я. Куцуров



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 09.01.2023

День: понедельник

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
Завтрак						
№2-2004	Бутерброд с маслом	20/10	1,8	0,3	26,4	116
№365-2004	Суфле "Чизкейк" (творожное с печеньем) с молоком	180	9,2	6,3	25,4	195
№630-1996	Какао с молоком	200	2,1	1,8	17,6	95
	Фрукты в ассортименте	100	0,5	0,1	4,4	20
	Хлеб ржаной	10	0,5	0,1	4,4	20
Обед						
№50-2004	Салат из моркови и яблок	80	4,0	8,0	4,1	104
№143-2004	Щи из свежей капусты с мясом, сметаной	250/10/5	5,6	5,3	21	154
№152-2004	Печень тушенная с овощами	80	13,4	9,2	4	152
№302-204	Пюре картофельное	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	Фрукты в ассортименте	120	3,2	4,3	22,7	142
	Кондитерское изделие	40				
	Сок в ассортименте	200				
Ужин						
	Сыр (порционно)	15	11,7	7,9	9,7	157
ТТК	Горошек зеленый консервированный	80	2,3	5,9	16,2	127
№461-1996	Омлет с мясом, маслом	250	11,7	7,9	9,7	157
№215-1996	Чай с сахаром	200	2,3	5,9	16,2	127
	Кондитерское изделие	20	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	Молоко витаминизированное в индивидуальной упаковке	200	5,8	6,4	18,9	156

Составил шеф-повар  Явкаева Л.Р.

Согласовано:

И.О. Директор

МКОУ Тазовская школа-интернат



Утверждаю:

Председатель совета

Тазовского ПО

Ю.Я. Куцуров



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 10.01.2023

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

№ по сб. рецеп	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
Завтрак						
№1-2004	Бутерброд горячий с сыром	20/15	1,6	7,4	10	114
№311-2004	Каша манная жидкая с маслом	200/5	8,1	8,6	27,8	221
№642-1996	Чай "Витаминный"	200	3,9	3,7	19,4	127
	Хлеб ржаной	15	0,7	0,2	6,6	30
	Фрукты в ассортименте	100	0,7	0,2	6,6	30
Обед						
№43-2004	Салат из б/кочанной капусты с пецем	100	1,3	4,0	4,7	60
№142-2004	Рассольник с мясом, сметаной	250/10/5	7,5	6,6	15,2	150
№443-1996	Котлета рыбная натуральная	100	11,5	13,5	16,2	232
№357-2002	Картофель тушеный	180	0,1	0	17,3	70
№357-2002	Сок в ассортименте	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						
	Кондитерское изделие	40	7,0	12,3	51,3	344
	Чай с сахаром	200	7,0	12,3	51,3	344
	Фрукты в ассортименте	100	7,0	12,3	51,3	344
Ужин						
	Огурцы консервированные	100	2,5	4,6	17,7	122
№429-2004	Гречка по -купечески с мясом	300	6,6	5,4	5,8	98
№686-2004	Кисель из свежих ягод	200	0,2	0	12,9	52
	Ягода свежая	100				
	Хлеб пшеничный	30	2,5	0,4	10,8	57
	Хлеб ржаной	30	1,4	0,3	13,1	61
Сонник						
№260-2004	Кисломолочный напиток	200	5,5	5,6	10	112
№260-2004	Кондитерское изделие	20				

Составил шеф-повар  Явкаева Л.Р.

Согласовано:

И.О. Директор

МКОУ Тазовская школа-интернат



Утверждаю:

Председатель совета

Тазовского поселения

Ю.Я. Куцуров



Меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд на 10.01.2023

День: вторник
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
Завтрак						
№1-2004	Бутерброд горячий с сыром	20/15	1,6	7,4	10	114
№311-2004	Каша манная жидкая с маслом	200/5	8,1	8,6	27,8	221
№642-1996	Чай "Витаминный"	200	3,9	3,7	19,4	127
	Хлеб ржаной	15	0,7	0,2	6,6	30
	Фрукты в ассортименте	100	0,7	0,2	6,6	30
Обед						
№43-2004	Салат из б/кочанной капусты с пецем	100	1,3	4,0	4,7	60
№142-2004	Рассольник с мясом, сметаной	250/10/5	7,5	6,6	15,2	150
№443-1996	Котлета рыбная натуральная	100	11,5	13,5	16,2	232
№357-2002	Картофель тушеный	180	0,1	0	17,3	70
№357-2002	Сок в ассортименте	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						
	Кондитерское изделие	40	7,0	12,3	51,3	344
	Чай с сахаром	200	7,0	12,3	51,3	344
	Фрукты в ассортименте	100	7,0	12,3	51,3	344
Ужин						
	Огурцы консервированные	100	2,5	4,6	17,7	122
№429-2004	Гречка по -купчески с мясом	300	6,6	5,4	5,8	98
№686-2004	Кисель из свежих ягод	200	0,2	0	12,9	52
	Ягода свежая	100				
	Хлеб пшеничный	30	2,5	0,4	10,8	57
	Хлеб ржаной	30	1,4	0,3	13,1	61
Сонник						
№260-2004	Кисломолочный напиток	200	5,5	5,6	10	112
№260-2004	Кондитерское изделие	20				

Составил шеф-повар  Явкаева Л.Р.

И.О. Директор

МКОУ Тазовская школа-интернат

Муниципальное
казенное
учреждение
Тазовская школа-интернат
среднего общего
образования
ОГРН 1026900688673

Председатель совета

Тазовского ПО

Ю.Я. Куцуров

Ю.Я. Куцуров

Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 12.01.2023

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

№ по сб. рецепт	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
Завтрак						
№2-2004	Бутерброд с маслом	20/10	1,8	0,3	26,4	116
№262-1996	Каша кукурузная молочная с маслом	200/5	8,5	6,2	30,2	211
№630-1996	Какао с молоком	200	2,1	1,8	17,6	95
	Хлеб ржаной	15	0,7	0,2	6,6	30
	Фрукты в ассортименте	100				
Обед						
P.20/1-2011	Салат картофельный с огурцами	100	1,1	4	5,4	62
ТТК	Уха ростовская	250/10	6,1	6,4	9,8	121
№374-2004	Курица запеченная в сметанном соусе	100	14,7	8,2	4,7	151
№203-2004	Макароны отварные с овощами	180	2,4	3,2	20,5	120
№638-2004	Отвар шиповника	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
Полдник						
	Кондитерское изделие	40				
	Чай с сахаром	200	7,0	12,3	51,3	344
Ужин						
ТТК	Салат из моркови с изюмом	100	13,5	14,9	15,4	250
ТТК	Печень тушенная в соусе с картофелем и овощами	240	13,5	14,9	15,4	250
№685-2004	Сок в ассортименте	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
Сонник						
	Молоко витаминизированное в индивидуальной упаковке	200	4,9	9,5	8,3	138

Составил шеф-повар  Явкаева Л.Р.

Согласовано:

И.О. Директор

МКОУ Тазовская школа-интернат



Утверждаю:

Председатель совета

Тазовского ПО

Ю.Я. Куцуров



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 11.01.2023

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

№ по сб. рецеп	Наименование блюда	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
Завтрак						
№3-2004	Бутерброд с сыром	20/15	3,7	4,5	8,2	88
№340-2004	Каша рисовая	250	13,9	12,1	1,5	171
№686-2004	Кофейный напиток	200	0,1	0	15,2	61
ТТК	Продукт творожный	100				
	Хлеб пшеничный	20	0,9	0,2	0,7	41
	Хлеб Забайкальский	20	1,6	0,3	7,2	38
Обед						
№10-2001	Салат из капусты белокочанной	80	0,7	4,0	5,8	62
№131-2004	Суп гороховый с гречками	250/10/5	4,3	4,1	14	110
№454-2004	Запеканка картофельная с мясом	250	13,4	9,2	4,5	154
№638-2004	Сок в ассортименте	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
Полдник						
ТТК	Фрукты в ассортименте	100	19,7	14,9	24,6	311
	Кондитерское изделие	40	19,7	14,9	24,6	311
	Шоколадный напиток "Несквик"	200	19,7	14,9	24,6	311
Ужин						
№310-1996	Курица запеченная	80/5	13,3	7,3	4,1	135
ТТК	Рагу из овощей	150	1,3	5,9	24	154
	Чай с сахаром	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
Сонник						
№645-1996	Кондитерское изделие	20				
№645-1996	Кисломолочный напиток	200	5,8	6,4	18,9	156

Составил шеф-повар _____ Явкаева Л.Р.

Согласовано:
И.О. Директор
МКОУ Тазовская школа-интернат



Утверждаю:
Председатель совета
Тазовского ПО
Ю.Я. Куцуров



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 11.01.2023

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

№ по сб. рецепт	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
Завтрак						
№3-2004	Бутерброд с сыром	20/15	3,7	4,5	8,2	88
№340-2004	Каша рисовая	250	13,9	12,1	1,5	171
№686-2004	Кофейный напиток	200	0,1	0	15,2	61
ТТК	Продукт творожный	100				
	Хлеб пшеничный	20	0,9	0,2	0,7	41
	Хлеб Забайкальский	20	1,6	0,3	7,2	38
Обед						
№10-2001	Салат из капусты белокочанной	100	0,7	4,0	5,8	62
№131-2004	Суп гороховый с гренками	250/10/5	4,3	4,1	14	110
№454-2004	Запеканка картофельная с мясом	300	13,4	9,2	4,5	154
№638-2004	Сок в ассортименте	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
Полдник						
ТТК	Фрукты в ассортименте	100	19,7	14,9	24,6	311
	Кондитерское изделие	40	19,7	14,9	24,6	311
	Шоколадный напиток "Несвик"	200	19,7	14,9	24,6	311
Ужин						
№310-1996	Курица запеченная	100	13,3	7,3	4,1	135
ТТК	Рагу из овощей	180	1,3	5,9	24	154
	Чай с сахаром	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
Сонник						
№645-1996	Кондитерское изделие	20				
№645-1996	Кисломолочный напиток	200	5,8	6,4	18,9	156

Составил шеф-повар  Явкаева Л.Р.

И.О.Директор

МКОУ Тазовская школа-интернат

учреждение

Тазовская школа-интернат

среднего общего

образования

ОГРН 10:2800688673

Председатель совета

Тазовского ПО

Ю.Я. Куцуров

Ю.Я. Куцуров

Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 12.01.2023

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

№ по сб. рецеп	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
Завтрак						
№2-2004	Бутерброд с маслом	20/10	1,8	0,3	26,4	116
№262-1996	Каша кукурузная молочная с маслом	200/5	8,5	6,2	30,2	211
№630-1996	Какао с молоком	200	2,1	1,8	17,6	95
	Хлеб ржаной	15	0,7	0,2	6,6	30
	Фрукты в ассортименте	100				
Обед						
Р.20/1-2011	Салат картофельный с огурцами	80	1,1	4	5,4	62
ТТК	Уха ростовская	250/10	6,1	6,4	9,8	121
№374-2004	Курица запеченная в сметанном соусе	80/50	14,7	8,2	4,7	151
№203-2004	Макароны отварные с овощами	150	2,4	3,2	20,5	120
№638-2004	Отвар шиповника	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
Полдник						
	Кондитерское изделие	40				
	Чай с сахаром	200	7,0	12,3	51,3	344
Ужин						
ТТК	Салат из моркови с изюмом	80	13,5	14,9	15,4	250
ТТК	Печень тушенная в соусе с картофелем и овощами	240	13,5	14,9	15,4	250
№685-2004	Сок в ассортименте	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
Сонник						
	Молоко витаминизированное в индивидуальной упаковке	200	4,9	9,5	8,3	138

Составил шеф-повар  Явкаева Л.Р.

Согласовано:
И.О. Директор

МКОУ Тазовская школа-интернат
среднего общего
образовательного
областного



Утверждаю:
Председатель совета
Тазовского ПО
Ю.Я. Куцуров



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 13.01.2023

День: пятница
Неделя: третья
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	Йогурт в индивидуальной упаковке	95	1,4	3,8	10	114
№362-2004	Суп молочный с макаронными изделиями	200	19,1	10,9	25,2	275
№685-2004	Кофейный напиток	200/10	0,1	0	8,8	36
	Хлеб ржаной	10	0,7	0,2	6,6	30
Обед						
№45-2004	Икра кабачковая	80	1,3	4	6,1	65
№148-2004	Борщ "Украинский" с мясом, сметаной	250/10	4,5	8,2	13,5	146
№433-2004	Бефстроганов	80	13,4	9,2	4,8	156
№512-2004	Булгур с овощами	150	3,7	3,6	34,1	184
№687-1996	Сок в ассортименте	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
Полдник						
	Мучное сдобное изделие промыш производства	80	5,9	10,8	45,3	302
№260-2004	Молоко кипяченое	200	6,4	6,2	12	129
№260-2004	Фрукты в ассортименте	100	6,4	6,2	12	129
Ужин						
№454-2004	Рыба тушеная в томате с овощами	80/5	12,5	9	7,8	162
№524-2004	Картофель отварной с маслом, зеленью	150	4,1	4,8	17	127
	Чай с сахаром	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
Сонник						
№645-1996	Кондитерское изделие	20	5,8	6,4	18,9	156
№645-1996	Кисломолочный напиток	200	5,8	6,4	18,9	156

Составил шеф-повар  Явкаева Л.Р.

Согласовано:
И.О. Директор
МКОУ Тазовская школа-интернат

учреждение
Тазовская школа-интернат
среднего общего
образования
ОГРН 1028501688673

Утверждаю:
Председатель совета
Тазовского ПО

Ю.Я. Куцуров



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 13.01.2023

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

№ по сб. рецепт	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
Завтрак						
№1-2004	Йогурт в индивидуальной упаковке	95	1,4	3,8	10	114
№362-2004	Суп молочный с макаронными изделиями	200	19,1	10,9	25,2	275
№685-2004	Кофейный напиток	200/10	0,1	0	8,8	36
	Хлеб ржаной	10	0,7	0,2	6,6	30
Обед						
№45-2004	Икра кабачковая	100	1,3	4	6,1	65
№148-2004	Борщ "Украинский" с мясом, сметаной	250/10	4,5	8,2	13,5	146
№433-2004	Бефстроганов	100	13,4	9,2	4,8	156
№512-2004	Булгур с овощами	180	3,7	3,6	34,1	184
№687-1996	Сок в ассортименте	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
Полдник						
	Мучное сдобное изделие промыш производства	40	5,9	10,8	45,3	302
№260-2004	Молоко кипяченое	200	6,4	6,2	12	129
№260-2004	Фрукты в ассортименте	100	6,4	6,2	12	129
Ужин						
№454-2004	Рыба тушенная в томате с овощами	100	12,5	9	7,8	162
№524-2004	Картофель отварной с маслом, зеленью	180	4,1	4,8	17	127
	Чай с сахаром	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
Сонник						
№645-1996	Кондитерское изделие	20				
№645-1996	Кисломолочный напиток	200	5,8	6,4	18,9	156

Составил шеф-повар  Явкаева Л.Р.

Согласовано:

Директор МКОУ Тазовская школа-интернат

Муниципальное образовательное учреждение Тазовская школа-интернат среднего общего образования
ОГРН 1028800688873

Утверждаю:

Председатель совета Тазовского ПО

Ю.Я. Куцуров

Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 14.01.2023

День: суббота
Неделя: третья
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						
№1,3-2004	Бутерброд с маслом	20/10	4,8	8,5	8,4	129
№311-2004	Пудинг творожный с молоком сгущенным	200/5	6,6	8,6	27,2	213
№686-2004	Чай с сахаром	200/5	0,1	0	15,2	61
	Йогурт в индивидуальной упаковке	95	1,2	0,2	5,4	28
	Хлеб ржаной	15	0,7	0,2	6,6	30
Обед						
№71-2004	Салат из свеклы с сыром,чесноком	100	1,2	4	12,9	92
№42-2001	Рассольник с мясом,сметаной	250/10	7,6	7,1	15,2	155
№401-1996	Голубцы ленивые с соусом	180	11,4	11,3	9,4	185
№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
Полдник						
	Фрукт банан	120	2,8	0,2	31,2	137
Ужин						
р.17-2004	Салат овощной с яйцом	100	1,2	4,0	3,3	54
№387-2004	Курица в соусе с томатом	100	13,0	6,9	5,1	135
№520-2004	Каша гречневая вязкая	180	3,0	5,0	19,2	134
	Отвар шиповника	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
Сонник						
№645-1996	Молоко витаминизированное в индивидуальной упаковке	200	5,8	6,4	18,9	156

Составил шеф-повар _____ Явкаева Л.Р.

Согласовано:
 Директор
 МКОУ Тазовская школа-интернат
 учреждение
 Тазовская школа-интернат
 среднего общего
 образования
 ОГРН 1026900666673

Утверждаю:
 Председатель совета
 Тазовского ПО
 Ю.Я. Куцуров

Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 14.01.2023

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

№ по сб. рецепт	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
Завтрак						
№1,3-2004	Бутерброд с маслом	20/10	4,8	8,5	8,4	129
№311-2004	Пудинг творожный с молоком сгущенным	200/5	6,6	8,6	27,2	213
№686-2004	Чай с сахаром	200/5	0,1	0	15,2	61
	Йогурт в индивидуальной упаковке	95	1,2	0,2	5,4	28
	Хлеб ржаной	15	0,7	0,2	6,6	30
Обед						
№71-2004	Салат из свеклы с сыром,чесноком	80	1,2	4	12,9	92
№42-2001	Рассольник с мясом,сметаной	250/10	7,6	7,1	15,2	155
№401-1996	Голубцы ленивые с соусом	150/50	11,4	11,3	9,4	185
№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
Полдник						
	Фрукт банан	120	2,8	0,2	31,2	137
Ужин						
р.17-2004	Салат овощной с яйцом	80	1,2	4,0	3,3	54
№387-2004	Курица в соусе с томатом	80/5	13,0	6,9	5,1	135
№520-2004	Каша гречневая вязкая	150	3,0	5,0	19,2	134
	Отвар шиповника	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
Сонник						
№645-1996	Молоко витаминизированное в индивидуальной упаковке	200	5,8	6,4	18,9	156

Составил шеф-повар Явкаева Л.Р.

И.О.Директор

МКОУ Тазовская школа-интернат

Председатель совета

Тазовского ПО

Ю.А.Куцууров

Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 15.01.2023

День: воскресенье

Неделя: третья

Сезон: осень-зима

Возрастная категория: 7-10 лет

№ по сб. рецеп	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
Завтрак						
№3-2004	Бутерброд с сыром	20/15	3,7	4,5	8,2	88
№340-2004	Каша "Геркулес"	250	13,9	12,1	1,5	171
№686-2004	Чай с лимоном,апельсином"Цитрусовый заряд"	200	0,1	0	15,2	61
ТТК	Фрукты в ассортименте	100				
	Хлеб пшеничный	20	0,9	0,2	0,7	41
	Хлеб Забайкальский	20	1,6	0,3	7,2	38
Обед						
№10-2001	Салат из свежих огурцов,помидоров	80	0,7	4,0	5,8	62
№131-2004	Суп из овощей с курицей, сметаной	250/10/5	4,3	4,1	14	110
№454-2004	Мясо тушенное	80	13,4	9,2	4,5	154
ТТК	Рис припущенный	150	0,7	0	18,5	77
№638-2004	Кисель из свежих ягод	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
Полдник						
	Кондитерское изделие	40	19,7	14,9	24,6	311
	Чай с сахаром	200	19,7	14,9	24,6	311
Ужин						
№310-1996	Салат из квашенной капусты с луком	80	13,3	7,3	4,1	135
ТТК	Рыба"Лакомка"	80	1,3	5,9	24	154
ТТК	Пюре картофельное	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
Сонник						
№645-1996	Кондитерское изделие	20				
№645-1996	Кисломолочный напиток	200	5,8	6,4	18,9	156

Составил шеф-повар  Явкаева Л.Р.

И.О. Директор
МКОУ Тазовская школа-интернат



Председатель совета

Тазовского ПО

Ю.Я. Куцуров



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 15.01.2023

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

№ по сб. рецепт	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
Завтрак						
№3-2004	Бутерброд с сыром	20/15	3,7	4,5	8,2	88
№340-2004	Каша "Геркулес"	250	13,9	12,1	1,5	171
№686-2004	Чай с лимоном,апельсином"Цитрусозовый заряд"	200	0,1	0	15,2	61
ТТК	Фрукты в ассортименте	100				
	Хлеб пшеничный	20	0,9	0,2	0,7	41
	Хлеб Забайкальский	20	1,6	0,3	7,2	38
Обед						
№10-2001	Салат из свежих огурцов,помидоров	80	0,7	4,0	5,8	62
№131-2004	Суп из овощей с курицей,сметаной	250/10/5	4,3	4,1	14	110
№454-2004	Мясо тушенное	80	13,4	9,2	4,5	154
ТТК	Рис припущенный	150	0,7	0	18,5	77
№638-2004	Кисель из свежих ягод	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
Полдник						
	Кондитерское изделие	40	19,7	14,9	24,6	311
	Чай с сахаром	200	19,7	14,9	24,6	311
Ужин						
№310-1996	Салат из квашенной капусты с луком	80	13,3	7,3	4,1	135
ТТК	Рыба"Лакомка"	80	1,3	5,9	24	154
ТТК	Пюре картофельное	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
Сонник						
№645-1996	Кондитерское изделие	20				
№645-1996	Кисломолочный напиток	200	5,8	6,4	18,9	156

Составил шеф-повар  Явкаева Л.Р.

И.О.Директор

МКОУ Тазовская школа-интернат



Председатель совета

Тазовского ПО

Ю.Я. Куцуров



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 16.01.2023

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

№ по сб. рецепт	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
Завтрак						
№2-2004	Бутерброд с маслом	20/10	1,8	0,3	26,4	116
№262-1996	Каша ассорти (пшенично-кукурузная)молочная с маслом	200/5	8,5	6,2	30,2	211
№630-1996	Кофейный напиток	200	2,1	1,8	17,6	95
	Хлеб ржаной	15	0,7	0,2	6,6	30
	Йогурт в индивидуальной упаковке	100				
Обед						
Р.20/1-2011	Овощи свежие(огурцы)	80	1,1	4	5,4	62
ТТК	Борщ "Сибирский" с мясом, сметаной	250/10	6,1	6,4	9,8	121
№374-2004	Курица запеченная	80/50	14,7	8,2	4,7	151
№203-2004	Рагу овощное	150	2,4	3,2	20,5	120
№638-2004	Сок в ассортименте	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
Полдник						
	Кондитерское изделие	40				
	Молоко кипяченое	200	7,0	12,3	51,3	344
Ужин						
ТТК	Котлета полтавская, запеченная с соусом	80	13,5	14,9	15,4	250
ТТК	Макаронные изделия отварные	150	13,5	14,9	15,4	250
№685-2004	Чай с сахаром	200	0,2	0,0	15,4	62
	Ягоды свежие	100	0,9	0,2	0,7	41
	Хлеб ржаной	30	1,4	0,3	13,1	61
Сонник						
№645-1996	Кондитерское изделие	20				
№645-1996	Кисломолочный напиток	200	5,8	6,4	18,9	156

Составил шеф-повар Явкаева Л.Р.

И.О. Директор
 МКОУ Тазовская школа-интернат
 Тазовская школа
 среднего общего
 образования
 ОГРН 1022800688673

Председатель совета
 Тазовского ПО
 Ю.Я. Куцуров

Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 16.01.2023

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

№ по сб. рецеп	Наименование блюду	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
Завтрак						
№2-2004	Бутерброд с маслом	20/10	1,8	0,3	26,4	116
№262-1996	Каша ассорти (пшенично- кукурузная)молочна я с маслом	200/5	8,5	6,2	30,2	211
№630-1996	Кофейный напиток	200	2,1	1,8	17,6	95
	Хлеб ржаной	15	0,7	0,2	6,6	30
	Йогурт в индивидуальной упаковке	100				
Обед						
P.20/1-2011	Овощи свежие(огурцы)	80	1,1	4	5,4	62
ТТК	Борщ "Сибирский" с мясом, сметаной	250/10	6,1	6,4	9,8	121
№374-2004	Курица запеченная	80/50	14,7	8,2	4,7	151
№203-2004	Рагу овощное	150	2,4	3,2	20,5	120
№638-2004	Сок в ассортименте	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
Полдник						
	Кондитерское изделие	40				
	Молоко кипяченое	200	7,0	12,3	51,3	344
Ужин						
ТТК	Котлета полтавская, запечен ная с соусом	80	13,5	14,9	15,4	250
ТТК	Макаронные изделия отварные	150	13,5	14,9	15,4	250
№685-2004	Чай с сахаром	200	0,2	0,0	15,4	62
	Ягоды свежие	100	0,9	0,2	0,7	41
	Хлеб ржаной	30	1,4	0,3	13,1	61
Сонник						
№645-1996	Кондитерское изделие	20				
№645-1996	Кисломолочный напиток	200	5,8	6,4	18,9	156

Составил шеф-повар  Явкаева Л.Р.

Согласовано:

И.О. Директор

МКОУ Тазовская школа-интернат



Утверждаю:

Председатель совета

Тазовского ПО



Меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд на 17.01.2023

День: вторник
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
Завтрак						
№3-2004	Бутерброд с сыром	20/15	3,7	4,5	8,2	88
№340-2004	Омлет натуральный с маслом	180	13,9	12,1	1,5	171
№686-2004	Какао с молоком	200	0,1	0	15,2	61
ТТК	Фрукты в ассортименте	100				
	Хлеб пшеничный	20	0,9	0,2	0,7	41
	Хлеб Забайкальский	20	1,6	0,3	7,2	38
Обед						
№10-2001	Салат картофельный с огурцами и зеленым горошком	100	0,7	4,0	5,8	62
№131-2004	Уха рыбацкая	250/30	4,3	4,1	14	110
№454-2004	Тефтели из мяса запеченные	80	13,4	9,2	4,5	154
ТТК	Капуста тушенная	150	13,4	9,2	4,5	154
№638-2004	Отвар шиповника	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
Полдник						
ТТК	Фрукты в ассортименте	100	19,7	14,9	24,6	311
	Кондитерское изделие	40	19,7	14,9	24,6	311
	Кисель из свежих ягод	200	19,7	14,9	24,6	311
Ужин						
	Свекла отварная с маслом	80	13,3	7,3	4,1	135
№310-1996	Плов из мяса	250	13,3	7,3	4,1	135
	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
Сонник						
№645-1996	Молоко витаминизированное в индивидуальной упаковке	200	5,8	6,4	18,9	156

Составил шеф-повар  Явкаева Л.Р.

Согласовано:

И.О. Директор

МКОУ Тазовская школа-интернат

казенное
муниципальное
учреждение
Тазовская школа-интернат
среднего общего
образования
ОГРН 107900688673

Утверждаю:

Председатель совета

Тазовского ПО

Ю.Я. Кудуров

Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 17.01.202

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

№ по сб. рецеп	Наименование блюда	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность
Завтрак						
№3-2004	Бутерброд с сыром	20/15	3,7	4,5	8,2	88
№340-2004	Омлет натуральный с маслом	180	13,9	12,1	1,5	171
№686-2004	Какао с молоком	200	0,1	0	15,2	61
ТТК	Фрукты в ассортименте	100				
	Хлеб пшеничный	20	0,9	0,2	0,7	41
	Хлеб Забайкальский	20	1,6	0,3	7,2	38
Обед						
№10-2001	Салат картофельный с огурцами и зеленым горошком	100	0,7	4,0	5,8	62
№131-2004	Уха рыбацкая	250/30	4,3	4,1	14	110
№454-2004	Тефтели из мяса запеченные	80	13,4	9,2	4,5	154
ТТК	Капуста тушеная	150	13,4	9,2	4,5	154
№638-2004	Отвар шиповника	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
Полдник						
ТТК	Фрукты в ассортименте	100	19,7	14,9	24,6	311
	Кондитерское изделие	40	19,7	14,9	24,6	311
	Кисель из свежих ягод	200	19,7	14,9	24,6	311
Ужин						
	Свекла отварная с маслом	80	13,3	7,3	4,1	135
№310-1996	Плов из мяса	250	13,3	7,3	4,1	135
	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
Сонник						
№645-1996	Молоко витаминизированное в индивидуальной упаковке	200	5,8	6,4	18,9	156

Составил шеф-повар  Явкаева Л.Р.

Согласовано:
И.О. Директор
МКОУ Тазовская школа-интернат



Утверждаю:

Председатель совета

Тазовского ПО

Ю.А. Худуров



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 18.01.2023

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

№ по сб. рецеп	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность
Завтрак						
№3-2004	Бутерброд с маслом	20/10	3,7	4,5	8,2	88
№340-2004	Суфле творожное с джемом	180	13,9	12,1	1,5	171
№686-2004	Чай "Витаминный"	200	0,1	0	15,2	61
ТТК	Фрукты в ассортименте	100				
	Хлеб пшеничный	20	0,9	0,2	0,7	41
	Хлеб Забайкальский	20	1,6	0,3	7,2	38
Обед						
№10-2001	Салат из свежих помидоров,огурцов	100	0,7	4,0	5,8	62
№131-2004	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250/30	4,3	4,1	14	110
№454-2004	Запеканка из печени	80	13,4	9,2	4,5	154
ТТК	Макаронные изделия	150	13,4	9,2	4,5	154
№638-2004	Компот из кураги	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
Полдник						
ТТК	Фрукты в ассортименте	100	19,7	14,9	24,6	311
	Кондитерское изделие	40	19,7	14,9	24,6	311
	Чай с сахаром	200	19,7	14,9	24,6	311
Ужин						
	Икра кабачковая	80	13,3	7,3	4,1	135
№310-1996	Рыба запеченная с сыром	80	13,3	7,3	4,1	135
	Рис припущенный с овощами "Мозаика"	150	0,2	0,1	11	46
	Сок в ассортименте	200	3,3	0,6	14,4	76
	Хлеб ржаной	20	1,6	0,3	7,2	38
Сонник						
№645-1996	Кондитерское изделие	20				
№645-1996	Кисломолочный напиток	200	5,8	6,4	18,9	156

Составил шеф-повар  Явкаева Л.П.

Согласовано:

И.О. Директор

МКОУ Тазовская школа-интернат

Муниципальное
образовательное
учреждение
Тазовская школа-интернат
среднего общего
образования
ОГРН 5000000000000000000

Утверждаю:

Председатель совета

Тазовского ПО

Ю.Я. Куцуров

Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 18.01.2023

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

№ по сб. рецепт	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность
Завтрак						
№3-2004	Бутерброд с маслом	20/10	3,7	4,5	8,2	88
№340-2004	Суфле творожное с джемом	200	13,9	12,1	1,5	171
№686-2004	Чай "Витаминный"	200	0,1	0	15,2	61
ТТК	Фрукты в ассортименте	100				
	Хлеб пшеничный	20	0,9	0,2	0,7	41
	Хлеб Забайкальский	20	1,6	0,3	7,2	38
Обед						
№10-2001	Салат из свежих помидоров,огурцов	100	0,7	4,0	5,8	62
№131-2004	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250/30	4,3	4,1	14	110
№454-2004	Запеканка из печени	100	13,4	9,2	4,5	154
ТТК	Макаронные изделия	180	13,4	9,2	4,5	154
№638-2004	Компот из кураги	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
Полдник						
ТТК	Фрукты в ассортименте	100	19,7	14,9	24,6	311
	Кондитерское изделие	40	19,7	14,9	24,6	311
	Чай с сахаром	200	19,7	14,9	24,6	311
Ужин						
	Икра кабачковая	100	13,3	7,3	4,1	135
№310-1996	Рыба запеченная с сыром	100	13,3	7,3	4,1	135
	Рис припущенный с овощами"Мозаика"	180	0,2	0,1	11	46
	Сок в ассортименте	200	3,3	0,6	14,4	76
	Хлеб ржаной	20	1,6	0,3	7,2	38
Сонник						
№645-1996	Кондитерское изделие	20				
№645-1996	Кисломолочный напиток	200	5,8	6,4	18,9	156

Составил шеф-повар  Явкаева Л.Р.

Согласовано:
И.О.Директор
МКОУ Тазовская школа-интернат



Утверждаю:
Председатель совета
Тазовского ПО



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 19.01.2023

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

№ по сб. рецепт	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность
Завтрак						
№1-2004	Бутерброд с маслом	10	1,4	3,8	10	114
№1-2004	Фрукты в ассортименте	100				
№362-2004	Каша 5 злаков с маслом	250	19,1	10,9	25,2	275
№685-2004	Чай с молоком	200	0,1	0	8,8	36
	Хлеб ржаной	10	0,7	0,2	6,6	30
Обед						
№45-2004	Салат из свежих помидоров с сладким перцем	100	1,3	4	6,1	65
№148-2004	Суп -харчо с мясом	250/10	4,5	8,2	13,5	146
№433-2004	Котлета рыбная натуральная	100	13,4	9,2	4,8	156
№512-2004	Пюре картофельное	180	3,7	3,6	34,1	184
№687-1996	Сок в ассортименте	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
Полдник						
	Мучное сдобное изделие промыш производства	80	5,9	10,8	45,3	302
№260-2004	Молоко кипяченое	200	6,4	6,2	12	129
№260-2004	Фрукты в ассортименте	100	6,4	6,2	12	129
Ужин						
№454-2004	Салат из огурцов	100	12,5	9	7,8	162
№524-2004	Жаркое из птицы	300	4,1	4,8	17	127
	Чай с лимоном	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
Сонник						
№645-1996	Кондитерское изделие	20	5,8	6,4	18,9	156
№645-1996	Кисломолочный напиток	200	5,8	6,4	18,9	156

Составил шеф-повар  Явкаева Л.Р.

Согласовано:
И.О. Директор
МКОУ Тазовская школа-интернат



Утверждаю:
Председатель совета
Тазовского ПО



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 19.01.2023

День: четверг
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
Завтрак						
№1-2004	Бутерброд с маслом	10	1,4	3,8	10	114
№1-2004	Фрукты в ассортименте	100				
№362-2004	Каша 5 злаков с маслом	250	19,1	10,9	25,2	275
№685-2004	Чай с молоком	200	0,1	0	8,8	36
	Хлеб ржаной	10	0,7	0,2	6,6	30
Обед						
№45-2004	Салат из свежих помидоров с сладким перцем	80	1,3	4	6,1	65
№148-2004	Суп -харчо с мясом	250/10	4,5	8,2	13,5	146
№433-2004	Котлета рыбная натуральная	80	13,4	9,2	4,8	156
№512-2004	Пюре картофельное	150	3,7	3,6	34,1	184
№687-1996	Сок в ассортименте	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
Полдник						
	Мучное сдобное изделие промыш производства	80	5,9	10,8	45,3	302
№260-2004	Молоко кипяченое	200	6,4	6,2	12	129
№260-2004	Фрукты в ассортименте	100	6,4	6,2	12	129
Ужин						
№454-2004	Салат из огурцов	80/5	12,5	9	7,8	162
№524-2004	Жаркое из птицы	250	4,1	4,8	17	127
	Чай с лимоном	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
Сонник						
№645-1996	Кондитерское изделие	20	5,8	6,4	18,9	156
№645-1996	Кисломолочный напиток	200	5,8	6,4	18,9	156

Составил шеф-повар  Явкаева Л.Р.

Согласовано:

И.О. Директор

МКОУ Тазовская школа-интернат

Тазовская школа-интернат
среднего общего
образования
ОГРН 1028900688073

Утверждаю:

Председатель совета

Тазовского ПО

Ю.Я. Кудуров

Меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд на 20.01.2023

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

№ по сб. рецеп	Наименование блюда	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность
Завтрак						
№3-2004	Бутерброд с сыром, маслом	20/15/5	3,7	4,5	8,2	88
№340-2004	Каша пшеничная жидкая с маслом	250	13,9	12,1	1,5	171
№686-2004	Кофейный напиток	200	0,1	0	15,2	61
ТТК	Йогурт в индивидуальной упаковке	95				
	Хлеб пшеничный	20	0,9	0,2	0,7	41
	Хлеб Забайкальский	20	1,6	0,3	7,2	38
Обед						
№10-2001	Салат из фасоли "Лобио"	100	0,7	4,0	5,8	62
№131-2004	Свекольник с мясом, сметаной	250/10	4,3	4,1	14	110
№454-2004	Биточки из мяса	80	13,4	9,2	4,5	154
ТТК	Перловка припущенная с овощами	150	13,4	9,2	4,5	154
№638-2004	Сок в ассортименте	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
Полдник						
	Запеканка из творога	150	19,7	14,9	24,6	311
	Шоколадный напиток "НЕСКВИК"	200	19,7	14,9	24,6	311
Ужин						
	Салат из моркови с курагой	80	13,3	7,3	4,1	135
ТТК	Рыбные палочки	80	13,3	7,3	4,1	135
	Пюре картофельное	150	0,2	0,1	11	46
	Чай с сахаром	200	3,3	0,6	14,4	76
	Хлеб ржаной	20	1,6	0,3	7,2	38
Сонник						
№645-1996	Кондитерское изделие	20	5,8	6,4	18,9	156
№645-1996	Кисломолочный напиток	200	5,8	6,4	18,9	156

Составил шеф-повар Явкаева Л.Р.

Согласовано

И.О. Директор

МКОУ Тазовская школа-интернат



Утверждаю:

Председатель совета

Тазовского ПО

Ю.Я. Кудуров



Меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд на 20.01.2023

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

Table with 7 columns: № по сб. рецеп, Наименование блюд, Выход в граммах, Белки, гр., Жиры, гр., Углеводы, гр., Эн. Ценность. Rows are categorized by meal: Завтрак, Обед, Полдник, Ужин, Сонник.

Составил шеф-повар Явкаева Л.Р.