



Утверждаю:

Председатель совета  
Тазовского ПО

Ю.Я. Куцуров



**Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 01.04.2023**

День: суббота  
Неделя: четвертая  
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
<b>Завтрак</b>						
№96-2004	Масло сливочное	5	0,1	3,7	0,1	33
	Сыр порционно	15	0,1	3,7	0,1	33
№311-2004	Каша "Геркулес" молочно-я с маслом	200/5	7,8	8,1	22,6	195
№685-2004	Чай с лимоном "Цитрусовый заряд"	200	3,9	3,7	19,4	127
	Хлеб ржаной	15	0,7	0,2	6,6	30
<b>Обед</b>						
№101-2004	Салат "Дальневосточный"	80	0,5	0,2	3,4	17
№133-2004	Суп из овощей с курицей, сметаной	250/10/5	4,5	4,8	15,5	123
№474-2004	Гуляш	80	15,1	17,1	6,2	239
№215-1996	Рис припущенный с кукурузой	150	2,3	5,9	16,2	127
№585-1996	Кисель 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
<b>Полдник</b>						
№698 716-1996	Кондитерское изделие промышленного производства	80	12,1	7,2	44,2	290
	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	11	46
<b>ужин</b>						
ТТК	Салат из квашенной капусты с луком	80	11,5	13,5	19,2	244
ТТК	Шницель рыбный натуральный	80	11,5	13,5	19,2	244
Картофель тушеный	Картофель тушеный	150	11,5	13,5	19,2	244
ТТК	Чай с сахаром	200	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
<b>Сонник</b>						
Р.645-1996	Кисломолочный продукт	200	5,8	6,4	18,9	156
Р.645-1996	Кондитерское изделие промышленного производства	20				

Составил шеф-повар Явкаяева Л.Р.



Утверждаю:

Председатель совета  
Тазовского ПО

Ю.Я. Куцуров



**Меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд на 01.04.2023**

**День:** суббота  
**Неделя:** четвертая  
**Сезон:** осень - зима  
**Возрастная категория:** 12-18 лет

№ по сб. рецепт	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
<b>Завтрак</b>						
№ 96-2004	Масло сливочное	5	0,1	3,7	0,1	33
	Сыр порционнo	15	0,1	3,7	0,1	33
№311-2004	Каша "Геркулес" молочноя с маслом	200/5	7,8	8,1	22,6	195
№685-2004	Чай с лимоном "Цитрусовый заряд"	200	3,9	3,7	19,4	127
	Хлеб ржаной	15	0,7	0,2	6,6	30
<b>Обед</b>						
№101-2004	Салат "Дальневосточный"	100	0,5	0,2	3,4	17
№133-2004	Суп из овощей с курицей, сметаной	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 с кукурузой	180	2,3	5,9	16,2	127
№585-1996	Кисель 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
<b>Полдник</b>						
№698 716-1996	Кондитерское изделие промышленного производства	80	12,1	7,2	44,2	290
	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	11	46
<b>ужин</b>						
ТТК	Салат из квашенной капусты с луком	80	11,5	13,5	19,2	244
ТТК	Шницель рыбный натуральный	80	11,5	13,5	19,2	244
Картофель тушеный	Картофель тушеный	150	11,5	13,5	19,2	244
ТТК	Чай с сахаром	200	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
<b>Сонник</b>						
Р.645-1996	Кисломолочный продукт	200	5,8	6,4	18,9	156
Р.645-1996	Кондитерское изделие промышленного производства	20				

Составил шеф-повар  Явкаева Л.Р.





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




Утверждаю:  
 Председатель совета  
 Тазовского ПО  
 Ю.Я. Ущуров

**Меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд на 03.04.2023**

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

№ по сб. рецеп	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
<b>Завтрак</b>						
№1,3-2004	Бутерброд с сыром	20/15	4,8	8,5	8,4	129
№162-1996	Омлет натуральный с маслом	200	6,6	7,1	22,2	179
№686-2004	Какао с молоком	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
<b>Обед</b>						
ТТК	Салат овощной	100	2,1	4	11,2	89
№181-1996	Суп картофельный с рыбой	250/30	7,7	6,9	10,4	135
ТТК	Котлета из мяса	100	15,2	12	24,3	266
ТТК	Капуста тушенная	180	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
<b>Ужин</b>						
№451-2004	Овощи консервированные	100	11,9	10,2	9,7	178
№451-2004	Плов из мяса	300	11,9	10,2	9,7	178
№590-1996	Чай с сахаром	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
<b>Сонник</b>						
№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  
Грешан А.А.

Утверждаю:  
Председатель совета  
Тазовского ПО  
Ю.Я. Кудуров



**Меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд на 02.04.2023**

**День:** воскресенье  
**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
<b>Завтрак</b>						
№362-2004	Каша гречневая молочная жидкая с маслом	250	19,1	10,9	25,2	275
№686-2004	Кофейный напиток	200/5	0,1	0	15,2	61
	Хлеб Забайкальский	10	0,5	0,1	4,4	20
<b>Обед</b>						
№101-2004	Огурцы свежие	100	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	Курица ,окорочка запеченные по "Домашнему"	100	7,5	14,2	0,7	161
№516-2004	Рагу овощное	180	4,1	3,8	33,1	183
№590-1996	Отвар шиповника	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
<b>Полдник</b>						
№687-1996	Фрукты в ассортименте	120	6,1	5,8	55,2	297
<b>Ужин</b>						
№21-2004	Мясо духовое	100	0,6	4,8	3,1	59
№391-2004	Макаронные изделия отварные с маслом	180	12,1	7,0	3,5	125
№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
<b>Сонник</b>						
№645-1996	Йогурт в индивид.упаковке	100	5,8	6,4	18,9	156

Составил шеф-повар  Явкаева Л.Р.





**Меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд на 02.04.2023**

**День:** воскресенье  
**Неделя:** четвертая  
**Сезон:** осень-зима  
**Возрастная категория:** 11-18

№ по сб. рецепт	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
<b>Завтрак</b>						
№362-2004	Каша гречневая молочная жидкая с маслом	250	19,1	10,9	25,2	275
№686-2004	Кофейный напиток	200/5	0,1	0	15,2	61
	Хлеб Забайкальский	10	0,5	0,1	4,4	20
<b>Обед</b>						
№101-2004	Огурцы свежие	100	1,2	3,5	5,8	60
№110-2004	Борщ со свежей капусты с картофелем, мясом, сметаной	250/5/10	5,2	5,1	10,7	110
№413-2004	Курица, окорочка запеченные по "Домашнему"	100	7,5	14,2	0,7	161
№516-2004	Рагу овощное	180	4,1	3,8	33,1	183
№590-1996	Сок в ассортименте	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
<b>Полдник</b>						
№687-1996	Фрукты в ассортименте	120	6,1	5,8	55,2	297
<b>Ужин</b>						
№21-2004	Мясо духовое	100	0,6	4,8	3,1	59
№391-2004	Макаронные изделия отварные с маслом	180	12,1	7,0	3,5	125
№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
<b>Сонник</b>						
№645-1996	Йогурт в индивид.упаковке	100	5,8	6,4	18,9	156

Составил шеф-повар  Явкаева Л.Р.



Утверждаю:  
Председатель совета  
Тазовского ПО  
Ю.Я. Кузуров



**Меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд на 03.04.2023**

**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
<b>Завтрак</b>						
№1,3-2004	Бутерброд с сыром	20/15	4,8	8,5	8,4	129
№162-1996	Омлет натуральный с маслом	200	6,6	7,1	22,2	179
№686-2004	Какао с молоком	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
<b>Обед</b>						
ТТК	Икра кабачковая	80	2,1	4	11,2	89
№181-1996	Суп картофельный с рыбой	250/30	7,7	6,9	10,4	135
ТТК	Котлета из мяса	80	15,2	12	24,3	266
ТТК	Капуста тушенная	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

Составил шеф-повар  Явкаева Л.Р.








**Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 04.04.2023**

День: вторник  
Неделя: первая  
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
<b>Завтрак</b>						
№1-2004	Бутерброд с маслом	20/10	1,4	3,8	10	114
№340-2004	Запеканка из творога с джемом	180	13,9	12,1	1,5	171
№642-1996	Чай "Витаминный"	200	3,9	3,7	19,4	127
	Хлеб ржаной	10	0,5	0,1	4,4	20
<b>Обед</b>						
№21-2004	Салат из моркови	80	1,1	5,0	4,1	66
№124-2004	Рассольник домашний с мясом, сметаной	250/10/5	4,2	7,7	6,8	113
№494-2004	Печень тушенная в соусе	80	13,3	11	0	185
№524-2004	Макаронные изделия отварные	150	4,1	4,8	17	127
№357-2002	Отвар шиповника	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
<b>Полдник</b>						
	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	11	46
	Мучное сдобное изд промышленного производства	40	7,0	12,3	51,3	344
<b>Ужин</b>						
№101-2004	Икра кабачковая промышленного производства для детского питания	80	0,6	0,2	2,2	14
№430-1996	Рыба запеченная с маслом	80/5	19,9	12,5	40,1	353
№686-2004	Булгур с овощами	150	0,2	0	12,9	52
№686-2004	Чай с сахаром	200	0,2	0	12,9	52
	Хлеб пшеничный	40	4,9	0,8	21,7	114
	Хлеб ржаной	40	1,9	0,4	17,5	81
<b>Сонник</b>						
№645-1996	Кисломолочный напиток	200	5,8	6,4	18,9	156
№645-1996	Кондитерское изделие	20	5,8	6,4	18,9	156

Составил шеф-повар  Явкаева Л.Р.



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



Утверждаю:  
 Председатель совета  
 Тазовского ПО  
 Ю.Я. Кузуров



**Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 05.04.2023**

День: среда  
 Неделя: первая  
 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
<b>Завтрак</b>						
№3-2004	Бутерброд с маслом	20/10	3,7	4,5	8,2	88
№311-2004	Каша "Дружба" с маслом	200/5	8,1	8,1	28,2	218
№260-2004	Чай с молоком	200	6,4	6,2	12	129
	Хлеб ржаной	20	1,6	0,3	7,2	38
<b>Обед</b>						
№24/1-2004	Салат из свежих помидоров	80	0,3	3,9	7,6	67
№130-2004	Суп гороховый с гречками	250/10/5	4,7	5,9	15,6	134
№310-1996	Биточки рыбные	80/5	13,3	7,3	4,1	135
№520-2004	Пюре картофельное	150	3	5	19,2	134
№638-2004	Сок в ассортименте	200	0,7	0	18,5	77
	Хлеб пшеничный	50	4,1	0,7	18,1	95
	Хлеб ржаной	40	1,9	0,4	17,5	81
<b>Полдник</b>						
	Фрукты в ассортименте	120	1,3	0,4	6,6	35
<b>Ужин</b>						
ТТК	Салат из отварного картофеля, моркови с репчатым луком	80	9,9	9,9	10,0	169
(461-2004)	Мясо тушенное с капустой	250	9,9	9,9	10,0	169
№686-2004	Чай с лимоном	200/5	0,1	0	15,2	61
	Хлеб пшеничный	50	4,1	0,7	18,1	95
	Хлеб ржаной	40	1,9	0,4	17,5	81
<b>Сонник</b>						
	Кисломолочный напиток	200	4,9	9,5	8,3	138
	Кондитерское изделие	20	4,9	9,5	8,3	138

Составил шеф-повар  Явкаева Л.Р.

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



Утверждаю:  
 Председатель Совета  
 Тазовского ПО

Ю.Я. Куцуров



**Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 05.04.2023**

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

№ по сб. рецеп	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
<b>Завтрак</b>						
№3-2004	Бутерброд с маслом	20/10	3,7	4,5	8,2	88
№311-2004	Каша "Дружба" с маслом	200/5	8,1	8,1	28,2	218
№260-2004	Чай с молоком	200	6,4	6,2	12	129
	Хлеб ржаной	20	1,6	0,3	7,2	38
<b>Обед</b>						
№24/1-2004	Салат из свежих помидоров	100	0,3	3,9	7,6	67
№130-2004	Суп гороховый с гречками	250/10/5	4,7	5,9	15,6	134
№310-1996	Биточки рыбные	100	13,3	7,3	4,1	135
№520-2004	Пюре картофельное	180	3	5	19,2	134
№638-2004	Компот сухофрукты	200	0,7	0	18,5	77
	Хлеб пшеничный	50	4,1	0,7	18,1	95
	Хлеб ржаной	40	1,9	0,4	17,5	81
<b>Полдник</b>						
	Фрукты в ассортименте	120	1,3	0,4	6,6	35
<b>Ужин</b>						
ТТК	Салат из отварного картофеля, моркови с репчатым луком	100	9,9	9,9	10,0	169
(461-2004)	Мясо тушенное с капустой	300	9,9	9,9	10,0	169
№686-2004	Чай с лимоном	200/5	0,1	0	15,2	61
	Хлеб пшеничный	50	4,1	0,7	18,1	95
	Хлеб ржаной	40	1,9	0,4	17,5	81
<b>Сонник</b>						
	Кисломолочный напиток	200	4,9	9,5	8,3	138
	Кондитерское изделие	20	4,9	9,5	8,3	138

Составил шеф-повар

Явкаева Л.Р.



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



Утверждаю:  
 Председатель совета  
 Тазовского ПО  
 Ю.Я. Куцуров



**Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 05.04.2023**

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

№ по сб. рецепт	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
<b>Завтрак</b>						
№3-2004	Бутерброд с маслом	20/10	3,7	4,5	8,2	88
№311-2004	Каша "Дружба" с маслом	200/5	8,1	8,1	28,2	218
№260-2004	Чай с молоком	200	6,4	6,2	12	129
	Хлеб ржаной	20	1,6	0,3	7,2	38
<b>Обед</b>						
№24/1-2004	Салат из свежих помидоров	100	0,3	3,9	7,6	67
№130-2004	Суп гороховый с гречками	250/10/5	4,7	5,9	15,6	134
№310-1996	Биточки рыбные	100	13,3	7,3	4,1	135
№520-2004	Пюре картофельное	180	3	5	19,2	134
№638-2004	Компот сухофрукты	200	0,7	0	18,5	77
	Хлеб пшеничный	50	4,1	0,7	18,1	95
	Хлеб ржаной	40	1,9	0,4	17,5	81
<b>Полдник</b>						
	Фрукты в ассортименте	120	1,3	0,4	6,6	35

Составил шеф-повар  Явкаева Л.Р.



Утверждаю:  
 Председатель совета  
 Тазовского ПО  
 Ю.Я. Куцуров



**Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 06.04.2023**

День: четверг  
 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
<b>Завтрак</b>						
№ 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
	Йогурт в индивидуальной упаковке	95				
	Хлеб ржаной	15	0,7	0,2	6,6	30
<b>Обед</b>						
№71-2006	Салат 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
<b>Полдник</b>						
№300-2004	Фрукты в ассортименте	100	15,9	8,5	22,9	232
<b>Ужин</b>						
№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
	Чай с конфетами	200	0,2	0,1	11	46
	Хлеб пшеничный	20	0,9	0,2	0,7	41
	Хлеб ржаной	30	1,4	0,3	13,1	61
<b>Сонник</b>						
№645-1996	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  
 Грешан А.А.



Утверждаю:  
 Председатель Совета  
 Тазовского ЦО  
 Ю.Я. Куцуров



**Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 07.04.2023**

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

№ по сб. рецепт	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
<b>Завтрак</b>						
№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
<b>Обед</b>						
№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
<b>Полдник</b>						
	Фрукты в ассортименте	120				
<b>Ужин</b>						
№494-2004	Запеканка из печени	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				
	Кондитерское изделие	100				
	Хлеб пшеничный	40	3,3	0,6	14,4	76
	Хлеб ржаной	30	1,4	0,3	13,1	61
<b>Сонник</b>						
№645-1996	Йогурт в индивидуальной упаковке	95	5,8	6,4	18,9	156

Составил шеф-повар  Явкаева Л.Р.



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



Утверждаю:  
 Председатель совета  
 Тазовского ПО  
 Ю.Я. Кудуров

Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 07.04.2023

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

№ по сб. рецеп	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
<b>Завтрак</b>						
№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
	Хлеб ржаной	20	1,6	0,3	7,2	38
<b>Обед</b>						
№101-2004	Помидоры свежие	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
<b>Полдник</b>						
	Фрукты в ассортименте	120				
<b>Ужин</b>						
№494-2004	Запеканка из печени	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	Кондитерское изделие	100				
	Хлеб пшеничный	40	3,3	0,6	14,4	76
	Хлеб ржаной	30	1,4	0,3	13,1	61
<b>Сонник</b>						
№645-1996	Йогурт в индивидуальной упаковке	95	5,8	6,4	18,9	156



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



Утверждаю:  
Председатель совета  
Тазовского ПО  
Ю.Я. Кудуров



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 07.04.2023

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

№ по сб. рецеп	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
<b>Завтрак</b>						
№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
	Хлеб ржаной	20	1,6	0,3	7,2	38
<b>Обед</b>						
№101-2004	Помидоры свежие	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
<b>Полдник</b>						
	Фрукты в ассортименте	120				

Составил шеф-повар  Явкаева Л.Р.



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


Утверждаю:  
 Председатель совета  
 Тазовского ПО  
 Ю.Я. Куцуров



**Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 08.04.2023**

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

№ по сб. рецеп	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
<b>Завтрак</b>						
№ 96-2004	Масло сливочное	10	0,1	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
<b>Обед</b>						
№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
<b>Полдник</b>						
	Кондитерское изделие	40				
	Молоко питьевое кипяченое	180	5,9	10,8	45,3	302
<b>Ужин</b>						
№101-2004	Яйцо оварное	40				
№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
<b>Сонник</b>						
№260-2004	Кондитерское изделие	20				
№260-2004	Кисломолочный напиток	200	5,5	5,6	10	112

Составил шеф-повар  Явкаева Л.Р.







Утверждаю:  
 Председатель совета  
 Тазовского ПО  
 Ю.Я. Куцунов



**Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 08.04.2023**


День: суббота  
 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
<b>Завтрак</b>						
№ 96-2004	Сыр	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
<b>Обед</b>						
№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
<b>Полдник</b>						
	Кондитерское изделие	40				
	Молоко питьевое кипяченое	180	5,9	10,8	45,3	302
<b>Ужин</b>						
№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
<b>Сонник</b>						
№260-2004	Кондитерское изделие	20				
№260-2004	Кисломолочный напиток	200	5,5	5,6	10	112

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 09.04.2023**

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

№ по сб. рецепт	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
<b>Завтрак</b>						
№365-2004	Запеканка из творога с сгущенным молоком	200	9,2	6,3	25,4	195
№630-1996	Какао с молоком	200	2,1	1,8	17,6	95
	Хлеб ржаной	10	0,5	0,1	4,4	20
<b>Обед</b>						
№50-2004	Овощи свежие	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	200	0,2	0	25,6	103
	Хлеб пшеничный	40	3,3	0,6	14,4	76
	Хлеб ржаной	30	1,4	0,3	13,1	61
<b>Полдник</b>						
	Фрукты в ассортименте	120				
<b>Ужин</b>						
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
	Хлеб пшеничный	50	4,1	0,7	18,1	95
	Хлеб ржаной	40	1,9	0,4	17,5	81
<b>Сонник</b>						
№645-1996	Кисломолочный напиток	200	5,8	6,4	18,9	156
	Кондитерское изделие	20				

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 09.04.2023**

День: воскресенье  
Неделя: первая  
Сезон: осень-зима  
Возрастная категория: 11-18

№ по сб. рецеп	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
<b>Завтрак</b>						
№365-2004	Запеканка из творога с сгущенным молоком	180	9,2	6,3	25,4	195
№630-1996	Какао с молоком	200	2,1	1,8	17,6	95
	Хлеб ржаной	10	0,5	0,1	4,4	20
<b>Обед</b>						
№50-2004	Огурцы свежие	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
<b>Полдник</b>						
	Фрукты в ассортименте	120				

Составил шеф-повар  Явкаева Л.Р.



Согласовано: \_\_\_\_\_  
 Директор  
 МКОУ Тазовская школа-интернат  
 среднего общего образования  
 Грешан А.А. \_\_\_\_\_

Утверждаю:  
 Председатель Совета  
 Тазовского ПО  
 Ю.Я. Кудуров \_\_\_\_\_



**Меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд на 10.04.2023**

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

№ по сб. рецеп	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
<b>Завтрак</b>						
№1-2004	Сыр порционно	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
<b>Обед</b>						
№43-2004	Салат из б/кочанной капусты	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	Компот сухофрукты	200	0,1	0	17,3	70
	Хлеб пшеничный	50	4,1	0,7	18,1	95
	Хлеб ржаной	50	2,4	0,5	21,9	101
<b>Полдник</b>						
	Кондитерское изделие	40	7,0	12,3	51,3	344
	Чай с сахаром	120	7,0	12,3	51,3	344
<b>Ужин</b>						
	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
	Хлеб пшеничный	30	2,5	0,4	10,8	57
	Хлеб ржаной	30	1,4	0,3	13,1	61
<b>Сонник</b>						
№260-2004	Молоко питьевое пастеризованное	200	5,5	5,6	10	112

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 10.04.2023**

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
<b>Завтрак</b>						
№1-2004	Бутерброд 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
<b>Обед</b>						
№43-2004	Салат из б/кочанной капусты	80	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	80	11,5	13,5	16,2	232
№357-2002	Картофель тушеный	150	0,1	0	17,3	70
№357-2002	Компот сухофрукты	200	0,1	0	17,3	70
	Хлеб пшеничный	50	4,1	0,7	18,1	95
	Хлеб ржаной	50	2,4	0,5	21,9	101
<b>Полдник</b>						
	Кондитерское изделие	40	7,0	12,3	51,3	344
	Чай с сахаром	120	7,0	12,3	51,3	344
<b>Ужин</b>						
	Огурцы консервированные	80	2,5	4,6	17,7	122
№429-2004	Гречка по -купечески с мясом	250	6,6	5,4	5,8	98
№686-2004	Кисель из свежих ягод	200	0,2	0	12,9	52
	Хлеб пшеничный	30	2,5	0,4	10,8	57
	Хлеб ржаной	30	1,4	0,3	13,1	61
<b>Сонник</b>						
№260-2004	Молоко питьевое пастеризованное	200	5,5	5,6	10	112

Составил шеф-повар  Явкаева Л.Р.

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



Утверждаю:  
 Председатель Совета  
 Тазовского ПО  
 Ю.Я. Куцуров



**Меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд на 10.04.2023**

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

№ по сб. рецеп	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
<b>Завтрак</b>						
№1-2004	Сыр порционно	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
<b>Обед</b>						
№43-2004	Салат из б/кочанной капусты	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	Компот сухофрукты	200	0,1	0	17,3	70
	Хлеб пшеничный	50	4,1	0,7	18,1	95
	Хлеб ржаной	50	2,4	0,5	21,9	101
<b>Полдник</b>						
	Кондитерское изделие	40	7,0	12,3	51,3	344
	Чай с сахаром	120	7,0	12,3	51,3	344

Составил шеф-повар  Явкаева Л.Р.