

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



Утверждаю:
 Председатель совета
 Тазовского ПО
 Ю.Я. Куцуров



Меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд на 01.06.2023

День: четверг
Неделя: первая
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						
№2-2004	Бутерброд с колбасой вареной и сыром	70	8,6	9,5	13,8	175
№262-1996	Каша ячневая вязкая с маслом	200/5	8,7	10,9	41	297
№630-1996	Какао с молоком	200	3,8	3,7	18,1	121
Обед						
№20-2004	Нарезка из свежих овощей с маслом	100	1,0	5,2	3,8	66
	Минестроне фасолевый с мясом со сметаной	250				
	Курица запеченная с маслом	75	9,2	18,3	0,7	204
№516-2004	Макаронные изделия отварные	150	2,6	2,9	34,0	173
№631-2004	Компот из свежих яблок+витамин"С	200	0,2	0,2	20,5	102
	хлеб ржанной	60	4,0	0,7	20,0	102
	хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	7,6	39
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 02.06.2023

День:

пятница

Неделя:

первая

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						
№2-2004	Суфле "Нежное" с молоком сгущенным	150	14,4	15,5	30,5	319
№262-1996	Бутерброд с сыром	30/10	5,4	3,6	14,5	112
№630-1996	Чай с лимоном	200/5	0,1	0,0	15,5	59
Обед						
№20-2004	Нарезка из огурцов свежих с маслом	100	0,8	5,0	2,5	58
№	Суп гороховый с гречками с мясом (№139-2004)	250/20/20	7,1	9,3	32	240
ТТК	Котлета рыбная по домашнему	75	10,1	8,0	5,1	132
№520-2004	Картофельное пюре	150	3,1	4,4	22,3	141
№638-2004	Компот из сухофруктов+Витамин "С"	200	0,8	0,0	24,9	103
	Хлеб пшеничный	60	4,0	0,7	20,0	102
	Хлеб ржаной	20	1,6	0,2	7,6	39
Полдник						
	Кондитерское изделие	60	2,7	4,4	25,7	153
№439-2006	Сок в ассортименте	200	5,2	5,0	7,2	95

Составил шеф-повар

Явкаева Л.П.

Директор
МКОУ Тазовская школа-интернат
Грешан А.А.



Председатель совета
Тазовского ПО
Ю.Я. Куцуров



Меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд на 03.06.2023

День: суббота
Неделя: первая
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						
№2-2004	Омлет натуральный с маслом, подгарнировкой	250	14,5	22,5	7,1	289
	Бутерброд с сыром и маслом	30/5/15	6,7	8,4	15,9	166
№630-1996	Чай с молоком	200	208	3,2	20,1	120
Обед						
№20-2004	Помидоры свежие с зеленью или луком зеленым и маслом растительным(р.71-2006 Москва)	120	1,3	6,0	4,1	76
№154-1996	Суп-харчо с мясом-блюдо грузинской кухни	250/20	7,5	6,8	25,4	193
№436-2004	Жаркое по- домашнему	250	14,9	14,1	29,2	303
	компот из кураги	200	0,4	0,0	22,0	90
	хлеб ржанной	60	4,0	0,7	20,0	102
	хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	7,6	39
Полдник						
	Фрукты в ассортименте	120	5,2	5,0	7,2	95

Составил шеф-повар  Явкаева Л.Р.

Директор

МКОУ Тазовская школа-интернат

Грешан А.А.



Председатель совета

Тазовского ПО

Ю.Я. Куцуров



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 03.06.2023

День: суббота
Неделя: первая
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						
№2-2004	Омлет натуральный с маслом, подгарнировкой	250	14,5	22,5	7,1	289
	Бутерброд с сыром и маслом	30/5/15	6,7	8,4	15,9	166
№630-1996	Чай с молоком	200	208	3,2	20,1	120
Обед						
№20-2004	Помидоры свежие с зеленью или луком	100	0,8	5,0	2,5	58
№154-1996	Суп-харчо с мясом-блюдо грузинской кухни	250/20	7,5	6,8	25,4	193
№436-2004	Жаркое по- домашнему	250	14,9	14,1	29,2	303
	Сок в ассортименте	200	0,4	0,0	22,0	90
	хлеб ржанной	60	4,0	0,7	20,0	102
	хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	7,6	39
Полдник						
	Фрукты в ассортименте(апельсины, или яблоки, или бананы и др.)	120	5,2	5,0	7,2	95

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 05.06.2023

День: понедельник
Неделя: вторая
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						
№2-2004	Суп молочный с макаронными изделиями	250	7,7	7,9	30,2	223
№630-1996	Бутерброд с джемом	30/10	2,3	8,3	14,5	142
№630-1996	Чай с сахаром	200	0,2	0,0	15	61
№630-1996	Батон или хлеб пшеничный	20	1,6	0,7	11,0	57
№630-1996	Хлеб ржанной	20	1,3	0,2	6,7	34
Обед						
№43-2004	Салат из свежих овощей(огурцы,помидоры)	100	1,6	5,0	6,0	75
№150-2013	Суп скрупой с мясом,томатом	250/20	7,8	4,4	15,0	131
ТТТК	Куриные мячики	100	16,1	16,5	22,0	147
№510-2004	Гречка вязкая отварная	165	4,9	4,4	20,0	102
	Компот из кураги	200	1,1	0,1	22,1	94
	Хлеб ржанной	40	2,6	0,5	13,4	68
	хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	7,6	39
Полдник						
	кондитерские изделия	60	3,2	4,5	31,0	177
	Сок а ссортименте	200	0,4	0,0	22,0	90

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 05.06.2023

День: понедельник

Неделя: вторая

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						
№2-2004	Суп молочный с макаронными изделиями	250	7,7	7,9	30,2	223
№630-1996	Бутерброд с джемом	30/20	2,3	8,3	14,5	142
№630-1996	Чай с сахаром	200	0,2	0,0	15	61
№630-1996	Батон или хлеб пшеничный	20	1,6	0,7	11,0	57
№630-1996	Хлеб ржанной	20	1,3	0,2	6,7	34
Обед						
№43-2004	Салат из белокочанной капусты с морковью	120	1,9	6,0	7,3	91
№150-2013	Суп с крупой с мясом, томатом	250/100/10	10,1	4,7	15,0	143
ТТТК	Куриные мячики	100	16,1	16,5	24,0	161
№510-2004	Гречка вязкая отварная	180	5,3	4,8	20,0	102
	Компот из кураги+Витамин "С"	200	1,1	0,1	22,1	94
	Хлеб ржанной	40	2,6	0,5	13,4	68
	хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	7,6	39
Полдник						
	кондитерские изделия	60	3,2	4,5	31,0	177
	Сок а ссортименте	200	0,4	0,0	22,0	90

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 06.06.2023

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						
№260-2013	Каша манная с маслом	200/5	8,2	9,1	40,2	276
№3-2004	Бутерброд с сыром	30/10	6,1	4,1	14,5	119
№630-1996	Йогурт в индивидуальной упаковке	115	3,1	4,4	22,3	141
№630-1996	Чай с конфетами	200	0,2	0,0	15	61
№630-1996	Батон или хлеб пшеничный	20	1,6	0,7	11,0	57
Обед						
ТТК	Салат из морской капусты	80	1,0	5,2	3,8	66
№110-2004	Борщ с капустой и картофелем, с мясом, со сметаной	250/20/5	5,4	5,7	15,6	135
№377-2004	Сосиски, колбаса отварная с маслом	100/5	16,3	10,9	3,9	179
№520-2004	Картофельное пюре	150	3,1	4,4	22,3	141
№705-2004	Компот из сухофруктов+Витамин"С"	200	0,7	0,3	21,1	90
	Хлеб ржанной	40	2,6	0,5	13,4	68
	хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	7,6	39
Полдник						
№549-2013	Кондитерское изделие промышленного производства	60	3,5	6,2	33,0	202
№439-2006	Сок в ассортименте	200	5,8	6,5	10,2	123

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 06.06.2023

Неделя: вторая
 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						
№260-2013	Каша манная с маслом	200/5	8,2	9,1	40,2	276
№3-2004	Бутерброд с сыром	30/15	6,1	4,1	14,5	119
№642-1996	Йогурт в индивидуальной упаковке	115	3,8	3,7	18,1	121
№630-1996	Чай с конфетами	200	0,2	0,0	15	61
№630-1996	Батон или хлеб пшеничный	20	1,6	0,7	11,0	57
Обед						
№14/1-2011	Салат из морской капусты	120	0,9	6,0	2,8	69
№110-2004	Борщ с капустой и картофелем, с мясом, со сметаной	250/20/5	5,4	5,7	15,6	135
№377-2004	Сосиски, колбаса отварная с маслом	120/5	19,1	12,9	4,7	211
№520-2004	Картофельное пюре	180	3,8	5,3	26,7	170
№705-2004	Компот из сухофруктов+Витамин"С"	200	0,7	0,3	21,1	90
	Хлеб ржанной	40	2,6	0,5	13,4	68
	хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	7,6	39
Полдник						
№549-2013	Кондитерское изделие промышленного производства	60	3,5	6,2	33,0	202
№439-2006	Сок в ассортименте	200	5,8	6,5	10,2	123

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 07.06.2023

День: среда
Неделя: первая
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						
№311-2004	Каша пшеничная жидкая с маслом	200/5	9,1	11,2	39	293
№337-2004	Яйцо отварное	40	5,1	4,6	0,3	63
№10-2004	Бутерброд горячий с сыром	40	4,1	5,2	13,6	117
№692-2004	Кофейный напиток	200	3,2	3,1	19,0	117
Обед						
№71-2006	Помидоры свежие с зеленью или луком	100	1,1	5,2	3,7	66
№323-2006	Суп "Хинкал" с ракушками с мясом-блюдо дагестанской кухни	250/20/5	7,8	7,2	25,2	197
ТТК	Котлеты "Богатырские"	75	6,7	10,6	8,5	156
№210-2004	Рагу овощное с баклажанами или кабачками или с перцем с фасолью стручковой	150	2,8	5,7	29,2	179
№631-2004	Компот из свежих яблок+Витамин "с"	200	0,2	0,2	20,5	85
	Хлеб ржанной	40	2,6	0,5	13,4	68
	хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	7,6	39
Полдник						
	Фрукты в ассортименте	200	1,6	0,3	14,0	65

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 08.06.2023

День: четверг
Неделя: вторая
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						
№362-2004	Суп молочный с крупой	170	21,9	15,8	27,0	338
№3-2004	Бутерброд с маслом	30/15	6,1	4,1	14,5	119
№630-1996	Чай с лимоном	200	2,8	3,2	20,1	59
	Батон или хлеб пшеничный	40	3,2	1,4	22,0	113
	Хлеб ржанной	20	1,2	0,2	6,7	34
Обед						
№14/1;15/1-2011	Нарезка из свежих овощей с маслом растительным	100	0,8	5,0	2,5	58
№135-2004	Суп из овощей с мясом, со сметаной	250/20/5	4,9	4,5	9,3	97
№338-2004	Плов из мяса	300	14,3	10,8	18,2	227
№638-2004	Сок в ассортименте	200	0,8	0,0	24,9	103
	Хлеб ржанной	40	2,6	0,5	13,4	68
	хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	7,6	39
Полдник						
	Фрукты(яблоко)	120	0,4	0,0	9,1	38

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 09.06.2023

День: пятница
Неделя: вторая
Сезон: весна-лето
Возрастная категория: 7-11лет

№ по сб. рецепт	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
завтрак						
№161-2004	Суп молочный с крупой	300	6,48	11,64	37,2	279
№1-2004	Бутерброд с маслом	30/10	2,3	8,3	14,5	142
	Яйцо отварное	40	0,1	0,0	15,2	59
№686-2004	Чай с лимоном	200/5	0,1	0,0	15,2	59
	Батон или хлеб пшеничный	40	3,2	1,4	22,0	113
	Хлеб ржаной	20	1,2	0,2	6,7	34
Обед						
№14/1-2011	Нарезка из свежих огурцов с маслом растительным	100	1,2	6,2	4,3	78
№134-2004	Суп крестьянский с крупой, с мясом	250/20	5,4	5,7	14,2	130
№437-2004	Гуляш №437-2004	100	12,2	15,9	4,9	212
№516-2004	Макаронные изделия отварные	180	2,8	4,9	37,1	204
№638-2004	Отвар из шиповника	200	0,4	0,0	20,5	85
	Хлеб ржаной	40	2,6	0,5	13,4	68
	хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	7,6	39
Полдник						
	Кондитерское изделие промышленного производства	60				
	Сок в ассортименте	200	0,8	0,0	29,8	122

Составил шеф-повар  Явкаева Л.Р.

Согласовано:
Директор
МКОУ Тазовская школа-интернат

Грешан А.А.



Утверждаю,
Председатель совета
Тазовского ПОО
Ю.Я. Куцуров



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 09.06.2023

День: пятница
Неделя: вторая
Сезон: весна-лето
Возрастная категория: 12-18лет

№ по сб. рецепт	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
завтрак						
№362-2004	Творожное суфле, со сгущенным молоком	200	25,7	18,6	31,8	398
№3-2004	Бутерброд с маслом	30/15	6,1	4,1	14,5	119
№630-1996	Чай с сахаром	200	2,8	3,2	20,1	120
Обед						
№14/1;15/1-2011	Нарезка из свежих огурцов с маслом растительным	120	0,9	6,0	2,8	69
№135-2004	Суп крестьянский с крупой, с мясом	250/20/5	4,9	4,5	9,3	97
№338-2004	Гуляш №437-2004	300	14,3	10,8	18,2	227
№638-2004	Макаронные изделия отварные	200	0,8	0,0	24,9	103
	Отвар из шиповника	150	0,4	0,0	9,1	38
	Хлеб ржанной	90	5,9	1,1	30,1	154
	хлеб пшеничный	30	2,4	0,3	11,4	58
Полдник						
	Фрукты в ассортименте	70	4,8	8,9	45,8	282

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 13.06.2023

День:

вторник

Неделя:

третья

Сезон:

весна-лето

Возрастная категория:

7-11лет

№ по сб. рецепт	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
Завтрак						
№1-2004	Каша из хлопьев овсянных "Геркулес" жидкая с маслом	20/15	6,7	8,7	27,3	214
№1-2004	Бутерброд с сыром	30/15	2,3	8,3	14,5	142
№685-2004	Чай с сахаром	200	6,4	6,2	12,0	129
	Батон или хлеб пшеничный	30	2,4	1,1	16,5	85
	Фрукты в ассортименте	120	1,3	0,2	6,7	34
Обед						
ТТК	Салат из свежих овощей	100	4,3	5,0	7,5	92
№130-2004	Рассольник с мясом, со сметаной	250/20/5	5,9	5,1	13,6	124
№413-2004	Колбасные изделия отварные с маслом	100	7,4	12,5	2,3	151
№510-2004	Макаронные изделия отварные с маслом	180	4,7	4,4	20,0	138
	Сок в ассортименте	200	0,4	0,0	24,2	104
	Фрукты в ассортименте	200	1,0	0,3	22,0	90
	Хлеб пшеничный	50	4,1	0,7	18,1	95
	Хлеб ржаной	40	1,9	0,4	17,5	81
полдник						
	Фрукты в ассортименте	120	1,6	0,3	14,0	65
№439-2006	Кисломолочный напиток (кефир)	200	5,2	0,1	6,8	49

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 13.06.2023

День:

вторник

Неделя:

третья

Сезон:

весна-лето

Возрастная категория:

12-18 лет

№ по сб. рецепт	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
Завтрак						
№1-2004	Каша из хлопьев овсянных "Геркулес" жидкая с маслом	200/5	6,7	8,7	27,3	214
№1-2004	Бутерброд с маслом	30/10	2,3	8,3	14,5	142
№685-2004	Чай с сахаром	200	6,4	6,2	12,0	129
	Батон или хлеб пшеничный	30	2,4	1,1	16,5	85
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34
Обед						
ТТК	Салат из свежих овощей	120	5,2	6,0	9,0	111
№130-2004	Рассольник с мясом, со сметаной	250/20/5	6,2	5,7	20,1	157
№413-2004	Колбасные изделия отварные с маслом	100	7,4	12,5	2,3	151
№638-2004	Макаронные изделия отварные с маслом	50				
№510-2004	Сок в ассортименте	180	5,3	4,8	24,0	161
	Фрукты в ассортименте	200	0,4	0,0	24,2	104
	Хлеб пшеничный	70	5,6	0,7	26,6	135
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	85
полдник						
	Фрукты в ассортименте	200	1,6	0,3	14,0	65

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 14.06.2023

День:

среда

Неделя:

третья

Сезон:

весна-лето

Возрастная категория:

7-11лет

№ по сб. рецепт	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
Завтрак						
№311-2004	Каша пшеничная жидкая томленая с маслом сливочным	200/5	9,1	9,9	42,1	294
№3-2004	Бутерброд с маслом	30/10	5,4	3,6	14,5	112
№686-2004	Чай с конфетами	200/5	0,1	0,0	15,2	59
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,3	11,4	58
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34
Обед						
№1-1992	Нарезка из свежих огурцов	100	0,8	5,0	2,5	58
№119-2006	Суп картофельный с рыбными консервами	250/40	9,4	5,8	16,5	156
№423-2004	Бефстроганов	100	12,5	17,3	5,0	226
№516-2004	Гречка отварная вязкая	180	2,6	2,9	34,0	173
№510-2004	Компот из кураги+Витамин"С"	200	1,1	0,1	22,1	94
	Хлеб пшеничный	50	4,1	0,7	18,1	95
	Хлеб ржаной	40	1,9	0,4	17,5	81
полдник						
	Фрукты в ассортименте	150	1,6	0,3	14,0	65

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 14.06.2023

День: среда
Неделя: третья
Сезон: весна-лето
Возрастная категория: 12-18лет

№ по сб. рецепт	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр. -	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
Завтрак						
№311-2004	Каша манная жидкая с маслом	200/5	9,1	9,9	42,1	294
№3-2004	Бутерброд с маслом	30/10	5,4	3,6	14,5	112
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,3	11,4	58
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34
Обед						
№1-1992	Нарезка из свежих овощей	100	0,8	5,0	2,5	58
№119-2006	Суп Рассольник с мясом, со сметаной	250/40	9,4	5,8	16,5	156
№423-2004	Колбасные изделия отварные с соусом	100	12,5	17,3	5,0	226
№516-2004	Гречка вязкая отварная	180	2,6	2,9	34,0	173
№510-2004	Компот из свежих фруктов	200	1,1	0,1	22,1	94
	Хлеб пшеничный	50	4,1	0,7	18,1	95
	Хлеб ржаной	40	1,9	0,4	17,5	81
полдник						
	Сок в ассортименте кондитерские изделия	150	1,6	0,3	14,0	65

Составил шеф-повар  Каримова З.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 15.06.2023

День: четверг
Неделя: третья
Сезон: весна-лето
Возрастная категория: 7-11 лет

№ по сб. рецепт	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
Завтрак						
№161-2004	Суп молчный с крупой	250	5,4	9,7	31,0	233
№2-2004	Бутерброд с джемом или повидлом	60	2,1	7,2	21,8	160
№642-1996	Какао с молоком	200	3,8	3,7	18,1	121
	Фрукты в ассортименте	200	1,2	0,2	12,1	65
Обед						
№14/1;15/1-2011	Нарезка из свежих овощей с маслом растительным	100	1,0	5,2	3,8	66
№137-2004	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250/50	5,8	5,2	16,5	136
№489-2004	Рагу из курицы	250	19,6	18,3	29,1	360
№638-2004	Компот из сухофруктов+Витамин"С"	200	0,8	0,0	24,9	103
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	7,6	39
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	85
полдник						
	Мучное изделие промышленного производства	80	4,6	3,2	52,0	255
	Сок в ассортименте	200	0,4	0,0	22,0	90

Составил шеф-повар  Явкаева Л.Р.

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



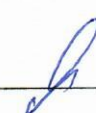
Утверждаю:
 Председатель совета
 Тазовского ПО
 Ю.Я. Кукуров



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 15.06.2023

День: четверг
 Неделя: третья
 Сезон: весна-лето
 Возрастная категория: 12-18лет

№ по сб. рецепт	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
Завтрак						
№161-2004	Суп молчный с крупой	250	5,4	9,7	31,0	233
№2-2004	Бутерброд с джемом или повидлом	60	2,1	7,2	21,8	160
№642-1996	Какао с молоком	200	3,8	3,7	18,1	121
	Фрукты в ассортименте	200	1,2	0,2	12,1	65
Обед						
№14/1;15/1-2011	Нарезка из свежих овощей с маслом растительным	80	1,0	5,2	3,8	66
№137-2004	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250/30	5,8	5,2	16,5	136
№489-2004	Рагу из курицы	100	19,6	18,3	29,1	360
	Компот из сухофруктов+Витамин"С"	180	16	17	23,5	300
№638-2004	Хлеб пшеничный	200	0,8	0,0	24,9	103
	Хлеб ржаной	20	1,6	0,2	7,6	39
полдник						
	Фрукты в ассортименте	120	4,6	3,2	52,0	255
	Сок в ассортименте, фрукты	200	0,4	0,0	22,0	90

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 17.06.2023

День: суббота
Неделя: третья
Сезон: весна-лето
Возрастная категория: 7-11 лет

№ по сб. рецепт	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
Завтрак						
№302-2004	Каша пшенная с маслом	200/5	9,8	9,7	36,5	273
№11-2004	Бутерброд горячий с колбасой варенной и сыром	70	8,6	9,5	13,8	175
№337-2004	Яйцо отварное	40	5,1	4,6	0,3	63
№686-2004	Чай с лимоном	200/5	0,1	0,0	15,2	59
Обед						
№14/1-2011	Нарезка из огурцов свежих с маслом растительным	100	0,8	5,0	2,5	58
№124-2004	Щи из свежей капусты с картофелем мясом, со сметаной	250/20/5	5,1	4,9	8,5	99
№443-2004	Плов	250	17,3	15,1	50,2	406
№631-2004	Компот из свежих яблок +Витамин"С"	200	0,2	0,2	20,5	85
	Хлеб пшеничный	50	4,0	0,5	19,0	97
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	85
полдник						
	Сок в ассортименте	200	0,4	0,0	22,0	90
	Кондитерское изделие промышленного производства	60	2,5	5,3	32,1	186

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 17.06.2023

День: суббота
Неделя: третья
Сезон: весна-лето
Возрастная категория: 12 -18 лет

№ по сб. рецепт	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
Завтрак						
№302-2004	Каша пшеничная с маслом	200/5	9,8	9,7	36,5	273
№11-2004	Бутерброд с колбасой вареной	70	8,6	9,5	13,8	175
№686-2004	Чай с лимоном	200/5	0,1	0,0	15,2	59
Обед						
№14/1-2011	Нарезка из огурцов свежих с маслом растительным	120	0,9	6,0	2,8	69
№124-2004	Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, со сметаной	250/20/5	5,1	4,9	8,5	99
№443-2004	Плов	280	17,8	16,1	53,0	428
№631-2004	Компот из свежих яблок +Витамин"С"	200	0,2	0,2	20,5	85
	Хлеб пшеничный	70	5,6	0,7	26,6	135
	Хлеб ржаной	90	5,9	1,1	30,1	154
полдник						
	Сок в ассортименте	200	0,4	0,0	22,0	90
	Кондитерское изделие промышленного производства	70	2,5	5,3	32,1	186

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 19.06.2023

День: понедельник
 Неделя: четвертая
 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						
№313-2013	Запеканка из творога с молоком сгущенным	170	16,9	15,7	20,1	289
№1,3-2004	Бутерброд с сыром и маслом	30/10/5	6,9	10,2	15,9	183
№692-2004	Кофейный напиток	200	3,2	3,1	19,0	63
Обед						
ТТК	Фасоль зеленая стручковая с маслом	100	3,0	5,3	4,0	76
№150-2004	Суп скрупой и томатом с мясом	250/20	5,2	4,9	14,5	123
№377-2004	Рыба запеченная с маслом	100/5	16,3	10,9	3,9	179
№203,534-2004	Сложный гарнир(картофель отварной, капуста тушенная)	250	5,5	8,1	25,9	198
	Сок в ассортименте	200	0,8	0,0	11,0	47
	Хлеб пшеничный	50	4,0	0,5	19,0	97
	Хлеб ржаной	60	4,0	0,7	20,0	102
полдник						
	Булочное изделие промышленного производства	60	2,7	4,4	25,7	153
№571-2013	Слойка уральская	60	4,3	5,2	36,0	208
	Кисломолочный напиток (ряженка, кефир, ацидофил ин, снежок, йогурт питьевой)	200	5,2	5,0	7,2	95

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 19.06.2023

День:

понедельник

Неделя:

четвертая

Сезон:

весна-лето

Возрастная категория:

11-18

№ по сб. рецепт	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
Завтрак						
№313-2013	Запеканка из творога с молоком сгущенным	200	21,5	20,1	22,8	358
№1,3-2004	Бутерброд с сыром и маслом	30/10/5	6,9	10,2	15,9	183
№692-2004	Кофейный напиток	200	3,2	3,1	19,0	63
Обед						
№71-2006	Помидоры свежие с зеленью и ли луком зеленым с маслом растительным	120	1,3	6,0	4,1	76
№150-2004	Суп скрупой и томатом с мясом	250/20	5,2	4,9	14,5	123
№377-2004	Рыба запеченная с маслом	120/5	19,1	12,9	4,7	211
№203,534-2004	Сложный гарнир(картофель отварной,капуста тушенная)	250	5,5	8,1	25,9	198
	Сок в ассортименте	200	0,8	0,0	11,0	47
	Хлеб пшеничный	50	4,0	0,5	19,0	97
	Хлеб ржаной	90	5,9	1,1	30,1	154
полдник						
	Булочное изделие промышленного производства	60	2,7	4,4	25,7	153
№571-2013	Слойка уральская	60	4,3	5,2	36,0	208
	Кисломолочный напиток (ряженка,кефир,ацидофил ин,снежок,йогурт питьевой)	200	5,2	5,0	7,2	95

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 20.06.2023

День:

вторник

Неделя:

четвертая

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						
№161-2004	Суп молочный с крупой	250	5,4	9,7	31,0	233
№1-2004	Бутерброд с маслом	30/10	2,3	8,3	14,5	142
№685-2004	Чай с сахаром	200	0,2	0,0	15,0	61
	Батон или хлеб пшеничный	40	3,2	1,4	22,0	113
Обед						
№14/1;15/1-2011	Нарезка из свежих овощей с маслом растительным	100	1,0	5,2	3,87	66
№150-2004	Суп крестьянский скрупой и томатом с мясом	250/20	5,2	4,9	14,5	123
№437-2004	Гуляш	100	16,3	10,9	3,9	179
№516-2004	Макаронные изделия отварные	150	5,5	8,1	25,9	198
	Сок в ассортименте	200	0,8	0,0	11,0	47
	Хлеб пшеничный	50	4,0	0,5	19,0	97
	Хлеб ржаной	60	4,0	0,7	20,0	102
полдник						
	Кондитерское изделие промышленного производства	60	2,7	4,4	25,7	153
	Сок в ассортименте	200	0,4	0,0	22,0	90
	Фрукты в ассортименте	200	1,0	0,3	24,2	104
№571-2013	Слойка уральская	60	4,3	5,2	36,0	208

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 20.06.2023

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

№ по сб. рецеп	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность
Завтрак						
№161-2004	Суп молочный с крупой	300	6,48	11,64	37,2	279
№1-2004	Бутерброд с маслом	30/10	2,3	8,3	14,5	142
№685-2004	Чай с сахаром	200	0,2	0,0	15,0	61
	Батон или хлеб пшеничный	40	3,2	1,4	22,0	113
Обед						
№14/1;15/1-2011	Нарезка из свежих овощей с маслом растительным	100	1,0	5,2	3,87	66
№150-2004	Суп крестьянский скрупой и томатом с мясом	250/20	5,2	4,9	14,5	123
№437-2004	Гуляш	100	12,2	15,9	4,9	212
№516-2004	Макаронные изделия отварные	180	2,8	4,9	37,1	204
	Сок в ассортименте	200	0,8	0,0	11,0	47
	Хлеб пшеничный	50	4,0	0,5	19,0	97
	Хлеб ржаной	60	4,0	0,7	20,0	102
полдник						
	Булочное изделие промышленного производства	60	2,7	4,4	25,7	153
	Фрукты в ассортименте	200	1,0	0,3	24,2	104
	Сок в ассортименте	200	0,4	0,0	22,0	90

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 22.06.2023

День: четверг
Неделя: четвертая
Сезон: весна-лето
Возрастная категория: 7-10лет

№ по сб. рецеп	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
Завтрак						
№340-2004	Омлет натуральный с маслом	250	14,5	22,5	7,1	289
№7,8-2006	Бутерброд с колбасой вареной или полукопченой	30/20	5,9	6,3	13,8	136
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34
№642-1996	Какао с молоком	200	3,8	3,7	18,1	121
Обед						
№71-2006	Помидоры свежие с зеленью зеленым и маслом растительным	100	1,1	5,2	3,7	66
№113-2004	Борщ украинский с мясом со сметаной	250/20/5	5,7	7,1	16,7	154
ТТК	Котлетки натуральные из птицы с маслом	100	14,3	10,8	18,2	227
№520-2004	Картофель отварной с маслом	150	3,1	4,4	22,3	141
	Сок в ассортименте	200	0,4	0,0	22,0	90
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	7,6	39
	Хлеб ржаной	40	2,6	0,5	13,4	68
полдник						
	Булочное изделие промышленного производства	60	2,7	4,4	25,7	153
№439-2006	Кисломолочный напиток (ацидофилин, снежок, йогурт питьевой)	200	5,8	6,5	10,2	123
№439-2006	Булочка "Нежная"	60	4,1	6,4	30,5	196

Составил шеф-повар  Явкаева Л.Р.

Согласовано

Директор

МКОУ Тазовская школа-интернат

А.А.Грешан



Утверждаю:

Председатель совета

Тазовского ПО

Ю.Я.Куцунов



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 22.06.2023

День: четверг
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						
№340-2004	Омлет натуральный с маслом	250	14,5	22,5	7,1	289
№7,8-2006	Бутерброд с колбасой вареной или полукопченой	30/30	8,2	10,0	13,8	178
	Хлеб ржаной	30	2,0	0,3	10,1	51
№642-1996	Какао с молоком	200	3,8	3,7	18,1	121
Обед						
№71-2006	Помидоры свежие с зеленью зеленым и маслом растительным	120	1,3	6,0	4,1	76
№113-2004	Борщ украинский с мясом со сметаной	250/20/5	5,7	7,1	16,7	154
ТТК	Котлетки натуральные из птицы с маслом	100/5	15,7	15,2	10,5	242
№520-2004	Картофель отварной с маслом	180	3,8	5,3	26,7	170
	Сок в ассортименте	200	0,4	0,0	22,0	90
	Хлеб пшеничный	50	4,0	0,5	19,0	97
	Хлеб ржаной	60	4,0	0,7	20,0	102
полдник						
	Булочное изделие промышленного производства	60	2,7	4,4	25,7	153
№439-2006	Булочка "Нежная"	60	4,1	6,4	30,5	196
№439-2006	Кисломолочный напиток (ацидофилин, снежок, йогурт питьевой)	200	5,8	6,5	10,2	123

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 23.06.2023

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

№ по сб. рецепт	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
Завтрак						
№311-2004	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая с маслом	200/5	6,7	8,7	27,3	214
№1-2004	Бутерброд с маслом	30/10	2,3	8,3	14,5	142
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34
	Батон или хлеб пшеничный	40	3,2	1,4	22,0	113
№685-2004	Чай с сахаром	200	0,2	0,0	15,0	61
Обед						
№14/1;15/1-2011	Нарезка из свежих овощей с маслом растительным	120	1,2	6,2	4,3	78
№64-2001	Рассольник ленинградский с мясом со сметаной	250/20/5	6,2	5,7	20,1	157
№413-2001	Колбасные изделия отварные с соусом	100/50	11,8	15,1	2,3	192
№510-2004	Гречка вязкая отварная	180	5,3	4,8	24,0	161
	Сок в ассортименте	200	0,4	0,0	22,0	90
	Хлеб пшеничный	50	4,0	0,5	19,0	97
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87
полдник						
№320-2013	Сырники из творога, запеченные с молоком сгущенным	60	2,7	4,4	25,7	153
№439-2006	Кисломолочный напиток (ацидофилин, снежок, йогурт питьевой)	200/20	24,6	12,5	31,0	335

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 23.06.2023

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

№ по сб. рецепт	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
Завтрак						
№311-2004	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая с маслом	200/5	6,7	8,7	27,3	214
№1-2004	Бутерброд с маслом	30/10	2,3	8,3	14,5	142
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34
	Батон или хлеб пшеничный	40	3,2	1,4	22,0	113
№685-2004	Чай с сахаром	200	0,2	0,0	15,0	61
Обед						
№14/1;15/1-2011	Нарезка из свежих овощей с маслом растительным	120	1,2	6,2	4,3	78
№64-2001	Рассольник ленинградский с мясом со сметаной	250/20/5	6,2	5,7	20,1	157
№413-2001	Колбасные изделия отварные с соусом	100/50	11,8	15,1	2,3	192
№510-2004	Гречка вязкая отварная	180	5,3	4,8	24,0	161
	Сок в ассортименте	200	0,4	0,0	22,0	90
	Хлеб пшеничный	50	4,0	0,5	19,0	97
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87
полдник						
№320-2013	Сырники из творога, запеченные с молоком сгущенным	60	2,7	4,4	25,7	153
№439-2006	Кисломолочный напиток (ацидофилин, снежок, йогурт питьевой)	200/20	24,6	12,5	31,0	335

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 24.06.2023

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						
№311-2004	Каша кукурузная жидкая томленная с маслом сливочным	200/5	9,1	9,9	42,1	294
№3-2004	Бутерброд с сыром	30/10	5,4	3,6	14,5	112
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,3	11,4	58
№686-2004	Чай с лимоном	200/5	0,1	0,0	15,2	59
Обед						
№1-1992	Салат из свежих овощей	100	1,0	5,2	3,8	66
№151-2013	Уха рыбацкая	250/60	9,5	5,7	16,3	155
№423-2004	Бефстроганов	100	12,5	17,3	5,0	226
№516-2004	Макаронные изделия отварные	150	2,6	2,9	34,0	173
№638-2004	Компот из кураги+Витамин"С"	200	1,1	0,1	22,1	94
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	7,6	39
	Хлеб ржаной	40	2,6	0,5	13,5	68
полдник						
№530-2013	Блинчики с джемом	70/20	5,6	5,1	22,4	158
	Булочка промышленного производства	70				
№591-1996	Кисель из концентрата+Витамин"С"	200	0,4	0,0	20,1	82
	Фрукты в ассортименте	200	1,0	0,3	24,2	104

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 26.06.2023

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						
№311-2004	Каша рисовая жидкая с маслом	200/5	7,8	8,8	32,7	241
№№1,3-2004	Бутерброд с сыром и маслом	30/10/15	6,9	10,2	15,9	183
№630-1996	Чай с молоком	200	2,8	3,2	20,1	120
	Батон или хлеб пшеничный	30	2,4	1,1	16,5	85
Обед						
№71-2006	Помидоры свежие с зеленью или луком зеленым и маслом растительным	120	1,3	6,0	4,1	76
№34-2004	Свекольник с мясом, со сметаной	250/20/5	5,7	4,9	14,5	125
№391-2004	Шницель рыбный натуральный	100	15,8	11,2	10,0	204
№520-2004	Картофельное пюре	180	3,8	5,3	26,7	170
	Сок в ассортименте	200	0,4	0,0	22,0	90
	Фрукты в ассортименте	200	1,0	0,3	24,2	104
	Хлеб ржаной	70	4,6	0,8	23,4	120
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	7,6	39
полдник						
	Мучное изделие промышленного производства	60	3,2	2,7	25,1	138
№439-2006	Кисломолочный напиток (ацидофилин, снежок, йогурт питьевой)	200	5,6	6,4	7,6	110
	Мороженное (без растительных жиров)	70	2,6	4,9	12,3	104

Составил шеф-повар  Явкаева Л.Р.