



Согласовано:
 Директор
 МКОУ «Тазовская школа-интернат»
 Тазовская школа-интернат
 Далина С.Н.

Утверждаю:
 Председатель совета
 Тазовского ПО
 Ю.Я. Куцуров



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 10.02.2024

День: суббота
 Возрастная категория: 12-18лет

№ по сб. рецепт	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
Завтрак						
№1,3-2004	Бутерброд с маслом,сыром	20/5/15	4,8	8,5	8,4	129
№311-2004	Суп молочный с крупой	200/5	7,6	7,7	29,2	217
№642-2004	Кофейный напиток	200	39,	3,7	19,4	127
	Хлеб ржаной	20	0,9	0,2		41
Обед						
№19-2004	Салат из свежих помидор	100	0,5	5,2	4,3	66
№133-2001	Суп овощной с мясом,яйцом	250/10	4,5	4,8	15,5	123
ТТК	Рыба запеченная	100	10,8	16,5	6,8	216
№215-1996	Картофель отварной с маслом.зеленью	180	2,7	7,1	19,4	153
№638-2004	Отвар шиповника	200	0,2	0,0	25,6	103
	Хлеб пшеничный	60	8,2	1,4	36,1	190
	Хлеб ржаной	60	2,8	0,6	26,2	122
полдник						
ТТК	Кондитерское изделие промышленного производства	60	2,4	3,2	20,5	120
	Чай с сахаром	200	0,7	0,0	18,5	77

Составил шеф-повар  Явкаева Л.Р.

Согласовано:
 Директор
 МКОУ «Тазовская школа-интернат»
 Далина С.Н.

Утверждаю:
 Председатель совета
 Тазовского ПО
 Ю.Я. Куцуров



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 10.02.2024

День: суббота

Возрастная категория: 6-11 лет

№ по сб. рецепт	Наименование блюд	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
Завтрак						
№3-2004	Бутерброд с маслом,сыром	20/5/15	3,7	4,5	8,2	88
№311-2004	Каша пшеничная жидкая с маслом	200/5	8,1	8,1	28,2	218
№260-2004	Чай с сахаром	200	6,4	6,2	12	129
	Йогурт в индивидуальной упаковке	95	1,6	0,3	7,2	38
	Хлеб ржаной	20	1,6	0,3	7,2	38
Обед						
№24/1-2004	Салат из фасоли "Лобио"	80	0,3	3,9	7,6	67
№130-2004	Свекольник с мясом, сметаной	250/10/5	4,7	5,9	15,6	134
№310-1996	Биточки из мяса	80	13,3	7,3	4,1	135
№520-2004	Перловка припущенная с овощами	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
полдник						
	Кондитерское изделие	60	0,3	3,9	7,6	67
	Кисель из свежих ягод	200	0,3	3,9	7,6	67
Ужин						
№391-2004	Салат из моркови с курагой	80	12,1	7,0	3,5	125
ТТК	Рыбные палочки	80	2,8	4,0	21,8	134
	Картофельное пюре	150	2,8	4,0	21,8	134
	Чай с сахаром	200	4,1	0,7	18,1	95
	Хлеб Забайкальский	40	1,9	0,4	17,5	81
Сонник						
	Кондитерское изделие	20	0,7	0	18,5	77
№645-1996	Кисломолочный напиток	200	5,8	6,4	18,9	156

Составил шеф-повар _____ Явкаяева Л.Р.

Согласовано:
 Директор
 МКОУ Тазовская школа-интернат
 Лапина С.Н.

Утверждаю:
 Председатель совета
 Тазовского ПО
 Ю.Я. Куцуров



Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 10.02.2024

День: суббота

Возрастная категория: 12-18 лет

№ по сб. рецепт	Наименование блюда	Выход в граммах	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Эн. Ценность Ккалорий
Завтрак						
№3-2004	Бутерброд с маслом,сыром	20/5/15	3,7	4,5	8,2	88
№311-2004	Каша пшеничная жидкая с маслом	200/5	8,1	8,1	28,2	218
№260-2004	Чай с сахаром	200	6,4	6,2	12	129
	Йогурт в индивидуальной упаковке	95	1,6	0,3	7,2	38
	Хлеб ржаной	20	1,6	0,3	7,2	38
Обед						
№24/1-2004	Салат из фасоли "Лобно"	100	0,3	3,9	7,6	67
№130-2004	Свекольник с мясом,сметаной	250/10/5	4,7	5,9	15,6	134
№310-1996	Биточки из мяса	100	13,3	7,3	4,1	135
№520-2004	Перловка припущенная с овощами	180	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
полдник						
	Кондитерское изделие	60	0,3	3,9	7,6	67
	Кисель из свежих ягод	200	0,3	3,9	7,6	67
Ужин						
№391-2004	Салат из моркови с курагой	100	12,1	7,0	3,5	125
ТТК	Рыбные палочки	100	2,8	4,0	21,8	134
	Картофельное пюре	180	2,8	4,0	21,8	134
	Чай с сахаром	200	4,1	0,7	18,1	95
	Хлеб Забайкальский	40	1,9	0,4	17,5	81
Сонник						
	Кондитерское изделие	20	0,7	0	18,5	77
№645-1996	Кисломолочный напиток	200	5,8	6,4	18,9	156