

Утверждаю:
 Директор МКОУ
 Удмурт-Тоймобашской СОШ
Денис Т.С. Денисова/

МЕНЮ

на «13» ~~НОЯБРЯ~~ 2023г

Наименование блюда	Выход, г	Пищевые в-ва, г			Ккал	Цена, руб.
		Б	Ж	У		
Завтрак:						
Каша пшеничная молочная	200/3	6,64	4,74	33,17	202,0	6-53
Хлеб пшеничный	42	3,2	0,5	17,1	80,4	2-14
Масло сливочное	10	0,08	7,3	0,13	66	5-90
Чай с сахаром	200/15	0,05	0,01	9,32	44,4	1-35
Итого:		9,97	12,55	44,33	392,8	15-92
Обед:						
Щи из свежей капусты с мясом птицы	200/4	5,4	8,15	7,95	126,84	12-10
Салат из свеклы	80	1,13	4,86	20,28	75,12	4-19
Макаронны отварные	200	2,4	6,75	16,26	135,67	12-12
Гуляш из отварной свинины	50/50	9,43	18,47	3,4	191,29	32-65
Хлеб пшеничный	80	6,4	1	34,2	160,8	4-08
Чай с сахаром	200/15	0,05	0,01	9,32	44,4	1-86
Итого:		24,81	39,24	91,41	734,12	67-00
ГПД:						
Чай с сахаром	200/15	0,05	0,01	9,32	44,4	1-35
Булочка «Веснушка»	60	4,68	3,96	40,5	216,6	8-65
Итого:		4,73	3,97	49,82	261	10-00
Итого за день:		39,51	55,76	185,56	1387,92	

Утверждаю:
 Директор МКОУ
 Удмурт-Тоймобашской СОШ
Денис / Г.С. Денисова/

МЕНЮ

на «14» ~~11~~ 10 ~~09~~ 09 2023г

Наименование блюда	Выход, г	Пищевые в-ва, г			Ккал	Цена, руб.
		Б	Ж	У		
Завтрак:						
Каша манная молочная	200/3	5,42	4,77	30,84	188,07	6-33
Хлеб пшеничный	42	3,2	0,5	17,1	80,4	2-14
Сыр порционный	10	2,62	12,0	0,42	42,41	6-10
Чай с сахаром	200/15	0,05	0,01	9,32	44,4	1-35
Итого:		11,29	17,28	41,87	355,28	15-92
Обед:						
Суп с макаронными изделиями с мясом птицы	200/4	5,52	6,29	13,03	130,87	18-52
Салат из квашеной капусты	50	0,8	2,45	4,62	39,85	6-85
Рыба запеченная в яйце	80/5	13,91	12,79	3	182,84	21-45
Картофельное пюре	200	4,27	5,55	29,02	183,16	13-15
Хлеб пшеничный	80	6,4	1	34,2	160,8	4-08
Чай с лимоном	200/15/7	0,13	0,02	11,3	45,6	2-95
Итого:		31,03	28,1	95,17	743,12	67-00
ГПД:						
Чай с сахаром	200/15	0,05	0,01	9,32	44,4	1-35
Пряник «Подмосковный»	1шт	1,68	1,45	18,0	89,0	8-65
Итого:		2,18	1,46	27,32	133,4	10-00
Итого за день:		44,5	46,84	164,36	1231,8	

Утверждаю:
 Директор МКОУ
 Удмурт-Тоймобашской СОШ
 Демидов Т.С. Денисова/

МЕНЮ

на «15» НОЯБРЯ 2023г

Наименование блюда	Выход, г	Пищевые в-ва, г			Ккал	Цена, руб.
		Б	Ж	У		
Завтрак:						
Суп молочный с макаронными изделиями	200/3	3,47	5,03	11,01	103,29	6-53
Хлеб пшеничный	42	3,2	0,5	17,1	80,4	2-14
Масло сливочное	10	0,08	7,3	0,13	66	5-90
Чай с сахаром	200/15	0,05	0,01	9,32	44,4	1-35
Итого:		6,8	12,84	37,56	294,09	15-92
Обед:						
Огурцы и помидоры порционные	20/20	0,38	0,06	1,26	7,10	6-38
Суп с картофельный бобовыми и мясом птицы	200/4	8,53	8,44	15,73	173,04	11-66
Каша жидкая пшеничная	150	4,07	3,17	25,03	148,50	9-39
Тефтели мясные с соусом (говяд)	80/810	11,32	21,89	26,81	348,94	32-12
Хлеб пшеничный	60	4,57	0,7	25,65	120,60	3-30
Компот из сухофруктов	200	0,6	0	1,98	79,92	4-15
Итого:		29,47	34,26	96,46	878,1	67-00
ГПД:						
Чай с сахаром	200/15	0,05	0,01	9,32	44,4	1-35
Булочка «Лакомка»	1шт	4,2	4	30,2	174	8-65
Итого:		4,7	0,41	39,52	218,4	10-00
Итого за день:		40,97	47,51	173,54	1390,59	

Утверждаю:
 Директор МКОУ
 Удмурт-Тоймобашской СОШ
Денис Т.С. Денисова/

МЕНЮ

на «16» НОЯБРЯ 2023г

Наименование блюда	Выход, г	Пищевые в-ва, г			Ккал	Цена, руб.
		Б	Ж	У		
Завтрак:						
Каша «Дружба» молочная	200/3	6,17	5,02	41,5	235,87	6-53
Хлеб пшеничный	42	3,2	0,5	17,1	80,4	2-14
Сыр порционный	10	2,62	12,0	0,42	42,41	6-10
Чай с сахаром	200/15	0,05	0,01	9,32	44,4	1-35
Итого:		12,04	17,53	67,92	403,08	15-92
Обед:						
Салат картофельный с фасолью	50	3,0	7,6	9,9	113,4	7-44
Суп картофельный с мясными фрикадельками (свинина)	200	1,6	1,92	11,84	72,0	19-60
Каша гречневая вязкая	150	4,66	3,96	20,92	138	8-95
Суфле куриное	100	6,18	10,32	0,9	121,20	25-14
Хлеб пшеничный	60	4,57	0,7	25,65	120,60	3-75
Чай с сахаром	200/15	0,05	0,01	9,32	44,4	2-12
Итого:		20,06	24,51	78,53	609,6	67-00
ГПД:						
Чай с сахаром	200/15	0,05	0,01	9,32	44,4	1-35
Пряник «Снежок»	1шт	1,13	1,39	19,19	91	8-65
Итого:		1,63	1,4	28,51	135,4	10-00
Итого за день:		33,73	43,44	174,96	1148,08	

Утверждаю:
 Директор МКОУ
 Удмурт-Тоймобашской СОШ
 Денис Т.С. Денисова/

МЕНЮ

на « 17 » НОЯБРЯ, 2023г

Наименование блюда	Выход, г	Пищевые в-ва, г			Ккал	Цена, руб.
		Б	Ж	У		
Завтрак:						
Каша геркулесовая молочная	200/3	5,79	6,08	26,67	184,66	6-53
Хлеб пшеничный	42	3,2	0,5	17,1	80,4	2-14
Масло сливочное	10	0,08	7,3	0,13	66	5-90
Чай с сахаром	200/15	0,05	0,01	9,32	44,4	1-35
Итого:		9,12	13,89	53,22	375,46	15-92
Обед:						
Суп лапша с картофелем и мясом	200/	7,21	4,13	19,41	143,74	11-17
Салат из свежей капусты	100	1,4	5,08	9,01	87,4	4-20
Рыба запеченная в яйце	80/5	13,91	12,79	3	182,84	25-77
Рис с овощами	200	5,58	14,74	53,73	370,08	13-96
Хлеб пшеничный	80	6,4	1	34,2	160,8	5-00
Кофейный напиток	200	3,6	2,7	15,95	101,1	6-90
Итого:		38,1	40,44	135,50	1045,96	67-00
ГПД:						
Чай с сахаром	200/15	0,05	0,01	9,32	44,4	1-35
Кекс оригинальный	2шт	0,9	2,28	13,44	78,68	8-65
Итого:		1,4	2,29	22,76	123,08	10-00
Итого за день:		48,62	56,62	211,28	1544,50	

Утверждаю:
Директор МКОУ
Удмурт-Тоймобашской СОШ
Денис /Т.С. Денисова/

МЕНЮ

на «18» ноября, 2023г.

Наименование блюда	Выход, г	Пищевые в-ва, г			Ккал	Цена, руб.
		Б	Ж	У		
Завтрак:						
Каша пшенная молочная	200/3	6,35	5,29	35,61	215,55	6-33
Хлеб пшеничный	42	3,2	0,5	17,1	80,4	2-14
Сыр порционный	10	2,62	12,0	0,42	42,41	6-10
Чай с сахаром	200/15	0,05	0,01	9,32	44,4	1-35
Итого:		12,22	17,8	46,64	382,76	15-92
Обед:						
Уха со взбитым яйцом (минтай)	200	10,8	2,88	10,0	105,6	15-90
Винегрет овощной	60	0,79	6,07	4,41	75,33	6-67
Картофельное пюре	150	3,10	4,30	21,36	136,56	13-15
Птица тушеная в соусе	100	10,28	11,07	4,46	158,70	26-67
Хлеб пшеничный	80	4,57	0,7	25,65	120,60	3-75
Чай с сахаром	200/15	0,05	0,01	9,32	44,4	1-86
Итого:		29,59	25,03	75,20	641,19	67-00
Итого за день:		41,81	42,83	121,84	1023,95	