

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

МЕНЮ

на «20» ноября 2023г

Наименование блюда	Выход, г	Пищевые в-ва, г			Ккал	Цена, руб.
		Б	Ж	У		
Завтрак:						
Каша пшеничная молочная	200/3	6,35	5,29	35,61	215,55	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:		9,68	13,1	62,16	406,35	15-92
Обед:						
Суп с макаронными изделиями с мясом птицы	250/5	6,87	10,36	16	185	16-45
Салат из свежей капусты	100	1,4	5,08	9,01	87,4	4-20
Плов из куриной грудки	220	17,78	18,85	45,95	424,67	38-40
Хлеб пшеничный	80	6,4	1	34,2	160,8	5-00
Чай с лимоном	200/15/7	0,13	0,02	11,3	45,6	2-95
Итого:		32,58	35,31	116,46	903,47	67-00
ГПД:						
Чай с сахаром	200/15	0,05	0,01	9,32	44,4	1-35
Пряник «Снежок»	1 шт	1,13	1,39	19,19	91	8-65
Итого:		1,63	1,4	28,51	135,4	10-00
Итого за день:		43,89	49,81	207,13	1445,22	

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

МЕНЮ

на «21» НОЯБРЯ 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:		8,09	16,78	40,16	274,88	15-92
Обед:						
Салат картофельный с фасолью	50	3,0	7,6	9,9	113,4	6-44
Борщ с мясом птицы	200/4	5,46	8,15	11,29	140,39	13-77
Каша гречневая вязкая	200	6,21	5,28	27,9	184	9-53
Биточки «Диетические» свинина	80	11,11	17,05	1,75	205,01	29-31
Хлеб пшеничный	80	6,4	1	34,2	160,8	5-00
Чай с лимоном	200/15/7	0,13	0,02	11,3	45,6	2-95
Итого:		32,31	39,1	96,34	849,2	67-00
ГПД:						
Чай с сахаром	200/15	0,05	0,01	9,32	44,4	1-35
Хлеб пшеничный	1шт	0,24	0,1	24,94	97,8	8-65
Масло сливочное						
Итого:		0,74	0,11	34,26	142,2	10-00
Итого за день:		41,14	55,99	170,76	1266,28	

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

МЕНЮ

на «22» НОЯБРЯ 2023 г

Наименование блюда	Выход, г	Пищевые в-ва, г			Ккал	Цена, руб.
		Б	Ж	У		
Завтрак:						
Каша гречневая молочная	200/3	6,17	1,65	32,72	170,0	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:		9,5	9,46	59,27	360,8	15-92
Обед:						
Салат из моркови с изюмом	80	1,3	3,5	10,0	83	6-00
Суп картофельный с овсяной крупой, с мясом птицы	200/4	5,88	8,62	10,78	144,0	12-56
Рыба запеченная в яйце	100/5	17,38	15,98	3,75	228,55	30-06
Картофельное пюре	150	3,10	4,30	21,36	136,56	10-43
Хлеб пшеничный	80	6,4	1	34,2	160,8	5-00
Чай с лимоном	200/15/7	0,13	0,02	11,3	45,6	2-95
Итого:		34,19	33,42	91,39	798,51	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:		45,09	45,17	173,42	1282,39	

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

МЕНЮ

на «23» НОЯБРЯ 2023г

Наименование блюда	Выход, г	Пищевые в-ва, г			Ккал	Цена, руб.
		Б	Ж	У		
Завтрак:						
Каша рисовая молочная	200/3	4,14	4,52	3,57	179,62	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:		10,01	17,03	56,99	346,83	15-92
Обед:						
Рассольник с мясом птицы	200/4	3,75	4,6	10,31	97,71	16-75
Винегрет овощной	60	0,79	6,07	4,41	75,33	5-67
Жаркое по-домашнему	200	11,26	43,93	21,23	525,3	37-13
Хлеб пшеничный	60	4,57	0,7	25,65	120,60	3-06
Компот из сухофруктов	200	0,6	0	1,98	79,92	3-70
Итого:		20,97	55,3	63,58	898,86	67-00
ГПД:						
Чай с сахаром	200/15	0,05	0,01	9,32	44,4	1-35
Булочка с изюмом	60	4,68	3,96	40,5	216,6	8-65
Итого:		5,18	3,97	49,82	261,0	10-00
Итого за день:		63,16	76,3	170,39	1506,69	

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

МЕНЮ

на «24» НОЯБРЯ 2023г

Наименование блюда	Выход, г	Пищевые в-ва, г			Ккал	Цена, руб.
		Б	Ж	У		
Завтрак:						
Каша ячневая молочная	200/3	6,33	4,54	37,07	214,53	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:		9,66	12,35	48,23	405,33	15-92
Обед:						
Салат из моркови с яблоками и зеленым горошком	70	0,84	0,7	6,37	81,88	6-88
Уха со взбитым яйцом (минтай)	200	10,8	2,88	10,0	105,6	15-90
Тефтели мясные с соусом (свинина)	80/80	9,16	27,8	26,42	377,32	29-76
Каша пшеничная вязкая	200	5,67	5,28	32,55	200	6-63
Хлеб пшеничный	80	6,4	1	34,2	160,8	5-00
Кисель	200	0,1	0	13,11	52,44	2-83
Итого:		32,97	37,66	122,65	978,04	67-00
ГПД:						
Чай с сахаром	200/15	0,05	0,01	9,32	44,4	1-35
Баранка	1шт	0,9	2,28	13,44	78,68	8-65
Итого:		4,7	0,41	39,52	218,40	10-00
Итого за день:		47,33	50,42	210,4	1601,77	

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

МЕНЮ

на «25» 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	6-33
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:		11,66	18,59	53,09	351,87	15-92
Обед:						
Суп лапша с картофелем и мясом	200	7,21	4,13	19,41	143,74	13-84
Салат из квашеной капусты	50	0,8	2,45	4,62	39,85	8-50
Рагу овощное	150	1,82	1,81	10,26	64,62	10-40
Суфле куриное	100	8,24	13,76	1,2	161,6	27-14
Хлеб пшеничный	60	4,57	0,7	25,65	120,60	5-00
Чай с сахаром	200/15	0,05	0,01	9,32	44,4	2-12
Итого:		22,69	22,86	70,46	574,81	67-00
Итого за день:		34,35	41,45	123,55	926,68	