

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

МЕНЮ

на «22» Января 2024г

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	8-53
Хлеб пшеничный	42	3,2	0,5	17,1	80,4	4-14
Масло сливочное	10	0,08	7,3	0,13	66	7-90
Чай с сахаром	200/15	0,05	0,01	9,32	44,4	3-35
Итого:		9,68	13,1	62,16	406,35	17-00
Обед:						
Суп с макаронными изделиями с мясом птицы	250/5	6,87	10,36	16	185	19-45
Салат из свежей капусты	100	1,4	5,08	9,01	87,4	6-20
Плов из куриной грудки	220	17,78	18,85	45,95	424,67	41-40
Хлеб пшеничный	80	6,4	1	34,2	160,8	6-00
Чай с лимоном	200/15/7	0,13	0,02	11,3	45,6	3-95
Итого:		32,58	35,31	116,46	903,47	72-00
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:		43,89	49,81	207,13	1445,22	

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

МЕНЮ

на «23» ЯНВАРЯ 2024г

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	8-33
Хлеб пшеничный	42	3,2	0,5	17,1	80,4	3-14
Сыр порционный	10	2,62	12,0	0,42	42,41	8-10
Чай с сахаром	200/15	0,05	0,01	9,32	44,4	2-35
Итого:		8,09	16,78	40,16	274,88	17-00
Обед:						
Салат картофельный с фасолью	50	3,0	7,6	9,9	113,4	8-44
Борщ с мясом птицы	200/4	5,46	8,15	11,29	140,39	17-77
Каша гречневая вязкая	200	6,21	5,28	27,9	184	11-53
Биточки «Диетические» свинина	80	11,11	17,05	1,75	205,01	31-31
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	3-95
Итого:		32,31	39,1	96,34	849,2	72-00
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
 Денисов Г.С. Денисова/

МЕНЮ

на «24» января 2024 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	8-53
Хлеб пшеничный	42	3,2	0,5	17,1	80,4	3-14
Масло сливочное	10	0,08	7,3	0,13	66	7-90
Чай с сахаром	200/15	0,05	0,01	9,32	44,4	2-35
Итого:		9,5	9,46	59,27	360,8	17-00
Обед:						
Салат из моркови с изюмом	80	1,3	3,5	10,0	83	8-00
Суп картофельный с овсяной крупой, с мясом птицы	200/4	5,88	8,62	10,78	144,0	15-56
Рыба запеченная в яйце	100/5	17,38	15,98	3,75	228,55	33-06
Картофельное пюре	150	3,10	4,30	21,36	136,56	12-43
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	72-00
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
Денисова Т.С. Денисова/

МЕНЮ

на «25» января 2024г

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	8-33
Хлеб пшеничный	42	3,2	0,5	17,1	80,4	4-14
Сыр порционный	10	2,62	12,0	0,42	42,41	8-10
Чай с сахаром	200/15	0,05	0,01	9,32	44,4	2-35
Итого:		10,01	17,03	56,99	346,83	17-00
Обед:						
Рассольник с мясом птицы	200/4	3,75	4,6	10,31	97,71	19-75
Винегрет овощной	60	0,79	6,07	4,41	75,33	7-67
Жаркое по-домашнему	200	11,26	43,93	21,23	525,3	41-13
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	72-00
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
Денисова / Г.С. Денисова/
 ДОКУМЕНТОВ

МЕНЮ

на «26» ЯНВАРЯ 2024г

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	8-53
Хлеб пшеничный	42	3,2	0,5	17,1	80,4	3-14
Масло сливочное	10	0,08	7,3	0,13	66	6-90
Чай с сахаром	200/15	0,05	0,01	9,32	44,4	2-35
Итого:		9,66	12,35	48,23	405,33	17-00
Обед:						
Салат из моркови с яблоками и зеленым горошком	70	0,84	0,7	6,37	81,88	9-88
Уха со взбитым яйцом (минтай)	200	10,8	2,88	10,0	105,6	17-90
Тефтели мясные с соусом (свинина)	80/80	9,16	27,8	26,42	377,32	31-76
Каша пшеничная вязкая	200	5,67	5,28	32,55	200	8-63
Хлеб пшеничный	80	6,4	1	34,2	160,8	5-00
Чай с сахаром	200	0,1	0	13,11	52,44	3-83
Итого:		32,97	37,66	122,65	978,04	72-00
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
Денисов /Г.С. Денисова/
 ДОКУМЕНТОВ

МЕНЮ

на «27» Апреля 2024г

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	8-33
Хлеб пшеничный	42	3,2	0,5	17,1	80,4	3-14
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	2-35
Итого:		11,66	18,59	53,09	351,87	17-00
Обед:						
Суп лапша с картофелем и мясом	200	7,21	4,13	19,41	143,74	15-84
Салат из квашеной капусты	50	0,8	2,45	4,62	39,85	10-50
Рагу овощное	150	1,82	1,81	10,26	64,62	15-40
Суфле куриное	100	8,24	13,76	1,2	161,6	31-14
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	3-12
Итого:		22,69	22,86	70,46	574,81	72-00
Итого за день:		34,35	41,45	123,55	926,68	

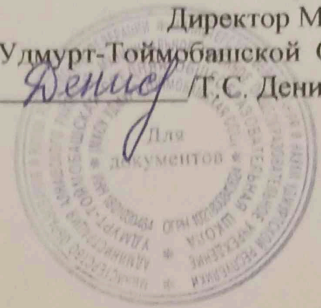
Утверждаю:
 Директор МКОУ
 Удмурт-Тоймобашской СОШ
Денис /Т.С. Денисова/
 Для
 ДОКУМЕНТОВ

МЕНЮ

на «29» января 2024г

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	8-53
Хлеб пшеничный	42	3,2	0,5	17,1	80,4	3-14
Масло сливочное	10	0,08	7,3	0,13	66	7-90
Чай с сахаром	200/15	0,05	0,01	9,32	44,4	3-35
Итого:		9,97	12,55	44,33	392,8	17-00
Обед:						
Щи из свежей капусты с мясом птицы	200/4	5,4	8,15	7,95	126,84	15-10
Салат из свеклы	80	1,13	4,86	20,28	75,12	6-19
Макароны отварные	200	2,4	6,75	16,26	135,67	15-12
Гуляш из отварной свинины	50/50	9,43	18,47	3,4	191,29	41-65
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	3-86
Итого:		24,81	39,24	91,41	734,12	72-00
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-Гоймобанской СОШ
 Денисов / Г.С. Денисова/



МЕНЮ

на « 30 » января 2024г

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	8-33
Хлеб пшеничный	42	3,2	0,5	17,1	80,4	3-14
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	2-35
Итого:		11,29	17,28	41,87	355,28	17-00
Обед:						
Суп с макаронными изделиями с мясом птицы	200/4	5,52	6,29	13,03	130,87	21-52
Салат из квашеной капусты	50	0,8	2,45	4,62	39,85	8-85
Рыба запеченная в яйце	80/5	13,91	12,79	3	182,84	25-45
Картофельное пюре	200	4,27	5,55	29,02	183,16	19-15
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
Денис /Г.С. Денисова/
 ДОКУМЕНТОВ

МЕНЮ

на «31» января 2024г

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	8-53
Хлеб пшеничный	42	3,2	0,5	17,1	80,4	3-14
Масло сливочное	10	0,08	7,3	0,13	66	6-90
Чай с сахаром	200/15	0,05	0,01	9,32	44,4	2-35
Итого:		6,8	12,84	37,56	294,09	17-00
Обед:						
Огурцы и помидоры порционные	20/20	0,38	0,06	1,26	7,10	8-38
Суп с картофельный бобовыми и мясом птицы	200/4	8,53	8,44	15,73	173,04	16-66
Каша жидкая пшеничная	150	4,07	3,17	25,03	148,50	11-39
Тефтели мясные с соусом (говяд)	80/810	11,32	21,89	26,81	348,94	41-12
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 «1» ФЕВРАЛЯ 2024г

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	8-53
Хлеб пшеничный	42	3,2	0,5	17,1	80,4	4-14
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	3-35
Итого:		12,04	17,53	67,92	403,08	17-00
Обед:						
Салат картофельный с фасолью	50	3,0	7,6	9,9	113,4	10-44
Суп картофельный с мясными фрикадельками (свинина)	200	1,6	1,92	11,84	72,0	25-60
Каша гречневая вязкая	150	4,66	3,96	20,92	138	11-95
Суфле куриное	100	6,18	10,32	0,9	121,20	29-14
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	72-00
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 /Г.С. Денисова/

МЕНЮ

на « 2 » ФЕВРАЛЯ 2024г

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	9-53
Хлеб пшеничный	42	3,2	0,5	17,1	80,4	4-14
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	2-35
Итого:		9,12	13,89	53,22	375,46	17-00
Обед:						
Суп лапша с картофелем и мясом	200/	7,21	4,13	19,41	143,74	15-17
Салат из свежей капусты	100	1,4	5,08	9,01	87,4	7-20
Рыба запеченная в яйце	80/5	13,91	12,79	3	182,84	31-77
Рис с овощами	200	5,58	14,74	53,73	370,08	15-96
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	72-00
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
Денисова Г.С. Денисова/

МЕНЮ

на «3» ~~СРЕДНЕ~~ СРЕДНЕ 2024г

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	7-33
Хлеб пшеничный	42	3,2	0,5	17,1	80,4	5-14
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	3-35
Итого:		12,22	17,8	46,64	382,76	17-00
Обед:						
Уха со взбитым яйцом (минтай)	200	10,8	2,88	10,0	105,6	19-90
Винегрет овощной	60	0,79	6,07	4,41	75,33	11-67
Картофельное пюре	150	3,10	4,30	21,36	136,56	18-15
Птица тушеная в соусе	100	10,28	11,07	4,46	158,70	31-67
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	3-86
Итого:		29,59	25,03	75,20	641,19	72-00
Итого за день:		41,81	42,83	121,84	1023,95	