

«Утверждаю»
 И.о. директора
 МБОУ СОШ им. К. Д. Тыва-хуу с. Морен
 Эрзинского кожууна РТ
 Хомчику О.М/



Меню на «16» октября 2023г.

№ Рецепт уры	Наименование блюда	Выход блюда Дети с 7 до 11 лет	Цена	Пищевые вещества			ЭЦ
				Б	Ж	У	
1 день	Завтрак						
15М	Сыр порциями	20	19	4.1	4.7	0.5	60.7
54М	Салат из свеклы с яблоком	90	12	1.47	6.14	5.64	84.09
71М	Плов из говядины	180	49	17.09	17.63	32,85	310,7
377М	Чай с лимоном	200	8	0,20	0	14	28
	Хлеб пшеничный	80	3.8	2,28	0,84	15,42	112,5
	Итого за завтрак	640	91.8	25.14	29.3	68,41	595,9

«Утверждаю»
 И.о. директора
 МБОУ СОШ им. К. Д. Тыва-хуу с. Морен
 Эрзинского кожууна РТ
 Хомушку О.М./



Меню на «17» октября 2023г.

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход Блюда Дети с 7 до 11	Цена	Пищевые вещества			ЭЦ
				Б	Ж	У	
2 день	Завтрак						
260М	Гуляш	100	36	14,5	14.88	3,74	189,2
203М	Макароны отварные	180	13	5.62	4.1	36.73	192.1
943М	Чай с сахаром	200	5	0.20	0	14	28
338М	Яблоко	200	34	0.5	0.5	16	37
	Хлеб пшеничный	80	3.8	2.28	0.84	15.42	112.5
	Итого за завтрак	560	91.8	23.1	20.32	85.89	558.8

«Утверждаю»
 И.о. директора
 МБОУ СОШ им. К.Д. Тыва-хуу-с. Морен
 Эрзинского койууна РТ
 Хомушку О.М./



Меню на «18» октября 2023г.

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход Блюда Дети с 7 до 11	Цена	Пищевые вещества			ЭЦ
				Б	Ж	У	
3 день	Завтрак						
45М	Винегрет овощной	100	15	1.36	6.18	8.44	84.80
405М	Курица в томатном соусе	100	39	13.57	12.3	4.6	107
341М	Гречка рассыпчатая	180	19	7.1	5.3	34.30	210.1
348М	Компот из кураги	200	12	1.2	0	25.6	95.1
	Хлеб пшеничный	80	3.8	2,28	0,84	15,42	112,5
	Итого за завтрак	660	88.8	25.51	24.62	88.36	609.5

«Утверждаю»
 И.о директора
 МБОУ СОШ им. К. Д. Тыва-хуу с. Морен
 Эрзинского кожууна РТ
 Ломушка О.М./



Меню на «19» Октябрь 2023г.

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюд дети с 7 до 11	Цена	Пищевые вещества			ЭЦ
				Б	Ж	У	
4 день	Завтрак						
208М	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	25	2.69	2.84	17.14	104.8
234М	Котлета рыбная	90	34	9.7	15.74	12.29	143.7
312М	Картофельное пюре	180	12	3.33	4	22.67	140.5
473М	Напиток из шиповника	200	12	0.23	0.098	20.3	79.09
	Хлеб пшеничный	80	3.8	2,28	0,84	15,42	112,5
	Итого за завтрак	800	86.8	18.2	23.5	87.82	580.5


 «Утверждаю»
 И.о. директора
 МБОУ СОШ им.К.Д.Тыя хуу с. Морен
 Эрзинского Кожууна РТ
 Кожушку О.М./

Меню на «20» октября 2023г.

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюд Дети с 7 до 11	Цена	Пищевые вещества			ЭЦ
				Б	Ж	У	
5 день	Завтрак						
204М	Суп рисовый с говядиной Харчо	250	25	6.18	3.30	14.65	113
608М	Котлета из домашняя	90	36	15.55	11.55	15.70	228.7
203М	Макароны отварные	180	13	6.76	5.14	43.08	245.8
868М	Компот из сухофруктов	200	12	0	0	24.76	94.2
	Хлеб пшеничный			2.28	0.84	15.42	112.5
	Итого за завтрак	760	87.9	30.77	20.83	113.6	794.2

«Утверждаю»
 И.о. директора
 МБОУ СОШ им. К. Д. Тыва-хуу с. Морен
 Эрзинского кожууна РТ
Д. Сидоров
 Хомулку О.М/



Меню на «21» октября 2023г.

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюд Дети с 7 до 11	Цена	Пищевые вещества			ЭЦ
				Б	Ж	У	
бдень	Завтрак						
177М	Каша Дружба	250	25	10.12	10.12	41.71	278.1
15М	Сыр порциями	20	11	4.1	4.7	0.5	50.7
	Сок фруктовый	200	17	1	0.2	20.2	72
	Хлеб пшеничный	80	3.8	2.28	0.84	15.42	112.5
338 М	Мандарины	100	31	0.92	0.20	23.1	93
	Итого за завтрак	650	87.8	18.42	16.06	100	606,3

«Утверждаю»
 И.о директора
 МБОУ СОШ им К.Д.Тыва-хуу, с. Морен
 Эрзинского кожууна РТ
Хомушку О.М.



Меню на «23» Октябрь 2023г.

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюд Дети с 7 до 11	Цена	Пищевые вещества			ЭЦ
				Б	Ж	У	
7 день	Завтрак						
294М	Котлеты из курицы	90	38	9.7	13.4	7.41	176
341М	Гречка рассыпчатая	180	19	7,1	5,1	34.30	210,1
388М	Напиток из шиповника	200	12	0.23	0	12.36	59.79
338М	Яблоко	100	17	0.50	0.50	14	37
	Хлеб пшеничный	80	3.8	2,28	0,84	15,42	112,5
	Итого за завтрак	650	89.8	19.81	19.84	83.49	595,3



 «Утверждаю»
 И.о. директора
 МБОУ СОШ им. К.Д.Тыва-хуу 6-Морен
 Эрзинского кожууна РТ
 Хомушку О.М.

Меню на «24» октября 2023г.

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюд Дети с 7 до 11	Цена	Пищевые вещества			ЭЦ
				Б	Ж	У	
8 день	Завтрак						
187М	Щи со сметаной	250	25	1.75	4.8	8.49	84.75
279М	Тефтели из говядины	90	34	9.78	10.1	12.3	115
203 М	Макароны отварные	180	13	5.72	4.1	36.73	192.1
868М	Компот из сухофруктов	200	12	0	0	21.7	94.2
	Хлеб пшеничный	80	3.8	2,28	0.84	15.42	112.5
	Итого за завтрак	800	87.8	22.84	17.99	94.64	598.5


 «Утверждаю»
 И.о. директора
 МБОУ СОШ им.К.Д.Тыва-хуу с. Морен
 Эрзинского кожууна РТ
 Хомушка О.М./

Меню на «25 октября 2023г.

№ рецепт уры	Наименование блюда	Выход блюд Дети с 7 до 11	Цена	Пищевые вещества			ЭЦ
				Б	Ж	У	
9 день	Завтрак						
102М	Суп картофельный с горохом	250	25	4.39	5.22	13.06	107.8
260М	Гуляш	100	36	14.5	14.88	3.74	189.23
304М	Рис отварной	180	19	3.46	4.30	36.71	206.0
293М	Чай с сахаром	200	5	0.20	0	14	28
	Хлеб пшеничный	80	3.8	2,28	0,84	15,42	112,5
	Итого за завтрак	810	88.8	24.83	25.24	82.93	643.5

«Утверждаю»
 И.о. директора
 МБОУ СОШ им. К. Д. Тыва-хуус Морен
 Эрзинского кожууна РТ
Хомушка О.М.



Меню на «26» октября 2023г.

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюда Дети с 7 до 11	Цена	Пищевые вещества			ЭЦ
				Б	Ж	У	
10 день	Завтрак						
82М	Борщ	250	25	2.03	6.66	11.16	103.6
234М	Котлета рыбная	90	34	9.7	15.74	12.29	143.7
312М	Картофельное пюре	180	12	3.33	4	22.67	140.5
348М	Компот из кураги	200	12	1.2	0	27.6	95.1
	Хлеб пшеничный	80	3.8	2,28	0,84	15,42	112,5
	Итого за завтрак	800	86.8	18.54	27.44	89.14	595.4

«Утверждаю»
 И.о. директора
 МБОУ СОШ им. К.Д. Тыва-хуу Морен
 Эрзинского кожууна РТ
 Хомушев О.М./



Меню на «27» Октября 2023г.

№ Рецеп- туры	Наименование блюда	Выход блюда Дети с 7 до 11 лет	Цена	Пищевые вещества			ЭЦ
				Б	Ж	У	
11 день	Завтрак						
36 М	Салат картофельный с зеленым горошком	80	15	1.3	4	4.1	48
617М	Птица отварная	100	39	11.8	10.7	0	185.2
341М	Гречка рассыпчатая	180	19	7.1	5.1	34.30	210.1
377М	Чай с лимоном	200	8	0,20	0	14	28
	Хлеб пшеничный	80	3.8	2,28	0,84	15,42	112,5
	Итого за завтрак	640	84.8	22.68	20.64	67.82	583.7

Утверждаю»
 И.о. директора
 МБОУ СОШ им. Д. Тыва-хуу с. Морен
 Эрзинского кожууна РТ
Хомушкү О.М.



Меню на «28» октябрь 2023г.

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюда Дети с 7 до 11	Цена	Пищевые вещества			ЭЦ
				Б	Ж	У	
12 день	Завтрак						
173М	Каша ячневая молочная	250	25	6.8	10.2	36.5	291
15М	Сыр порциями	20	11	4.1	4.7	0	60.7
	Сок фруктовый	200	17	1	0.2	20.2	92
341М	Апельсины с сахаром	150	30	0.90	0.20	18.1	103
	Хлеб пшеничный	80	3.8	2,28	0,84	15,42	112,5
	Итого за завтрак	700	86.8	15.08	16.14	90.22	546.7