

«Утверждаю»
 И.О. директора
 МБОУ СОШ № 2 К.Д. Гьва-хуу с. Морен
 Эрзинского кожууна РТ
Р. Д. Хомушка Хомушка О.М/



Меню на « 2 » Октябрь 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	90	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-хуус. Морен
 Орзинского кожууна РТ
 Хомушку О.М./

Меню на «3» 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 кожууна РТ
 Комунку О.М./



Меню на «4» октябре 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-хуус. Морен
 Эрзинского кожууна РТ
 Хомучку О.М/



Меню на «5» октября 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. Тыва-Хуза Морен
 Озинского района РТ
 Хомушину О.М.

Меню на « 6 » 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

МБОУ СОШ им. К. Даян-хууе Морен

Эрвинского кожууна РТ

Хомушку О.М./



Меню на « 7 » 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



Меню на «9» 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



Меню на «10» октябре 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 Морен
 Орзинского кожууна РТ
Хомушка О.М.

Меню на «11» октябрь 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

МБОУ СОШ им. К.Д. Тыва Халса Морзе



Меню на «14» октябрь 2023г.

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюда Дети с 7 до 11	Пищевые вещества				ЭЦ
			Цена	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