

«...тверждаю»  
 И.о. директора  
 МБОУ СШ им. К. Д. Баян-хуу с. Морен  
 Эрзинского кожууна РТ  
 Хомушку О.М./



Меню на « 7 » ноября 2023г.

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход Блюда Дети с 7 до 11	Цена	Пищевые вещества			ЭЦ
				Б	Ж	У	
2 день	Завтрак						
349М	Каша пшенная	250	25	11.5	10.8	68.1	289,2
	Сок фруктовый	200	17	1	0.2	20.2	92
338М	Яблоко	200	34	0.5	0.5	16	37
	Пирожное бисквитное	30	20	1.5	1.4	20.5	0.5
	Хлеб пшеничный	80	3.8	2.28	0.84	15.42	112.5
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>760</b>	<b>99.8</b>	<b>16.78</b>	<b>13.74</b>	<b>140.2</b>	<b>531.2</b>

«Утверждаю»  
 Д.о директора  
 МБОУ СОШ им. Ж. Д. Тыва-туу с. Морен  
 Эрзинского кожууна РТ  
 Хондушку О.М.



Меню на «9» ноября 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
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>660</b>	<b>88.8</b>	<b>25.51</b>	<b>24.62</b>	<b>88.36</b>	<b>609.5</b>



Меню на «9» ноября 2023г.

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюд дети с 7 до 11	Цена	Пищевые вещества			ЭЦ
				Б	Ж	У	
<b>4 день</b>	<b>Завтрак</b>						
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
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>800</b>	<b>86.8</b>	<b>18.2</b>	<b>23.5</b>	<b>87.82</b>	<b>580.5</b>


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

Меню на «10» ноября 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
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>760</b>	<b>87.9</b>	<b>30.77</b>	<b>20.83</b>	<b>113.6</b>	<b>794.2</b>

  
 «Утверждаю»  
 И.о. директора  
 МБОУ «СОШ им. К. Д. Быва-Хуу с. Морен  
 Эрзянского Кожууна РТ  
 Хомушку О.М./

Меню на «11» ноября 2023г.

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюд Дети с 7 до 11	Цена	Пищевые вещества			ЭЦ
				Б	Ж	У	
бдень	<b>Завтрак</b>						
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
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>650</b>	<b>87.8</b>	<b>18.42</b>	<b>16.06</b>	<b>100</b>	<b>606,3</b>

«Утверждаю»  
 И.о. директора  
 МБОУ СОШ им. К. П. Тываахуу с. Морен  
 Эрзинского Ражууна РТ  
 Холушку О.М/



Меню на «13» ноября 2023г.

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюд Дети с 7 до 11	Цена	Пищевые вещества			ЭЦ
				Б	Ж	У	
7 день	<b>Завтрак</b>						
182М	Каша рисовая вязкая	250	25	5.10	10.72	35.7	351
15М	Сыр порциями	20	11	4,1	4.7	0	60.7
388М	Напиток из шиповника	200	15	0.23	0	12.36	59.79
338М	Яблоко	150	34	0.50	0.50	14	37
	Хлеб пшеничный	80	3.8	2,28	0,84	15,42	112,5
	Конфеты шоколадные	30	18	0.5	3.1	21.4	113.7
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>730</b>	<b>106.8</b>	<b>12.7</b>	<b>19.86</b>	<b>98.8</b>	<b>734.6</b>


 «Утверждаю»  
 И.о. директора  
 МБОУ СОШ им.К.А.Гая-хууч. Морен  
 Эрзинского кожууна РТ  
 Хомбашку О.М./

Меню на « 14 » ноября 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
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>800</b>	<b>87.8</b>	<b>22.84</b>	<b>17.99</b>	<b>94.64</b>	<b>598.5</b>

Утверждаю»  
 И.о. директора  
 МБОУ СОШ им. К.Г. Гыра-хуу с. Морен  
 Орзинского кожууна РТ  
 Холбоку О.М/



Меню на «15» ноября 2023г.

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюд Дети с 7 до 11	Цена	Пищевые вещества			ЭЦ
				Б	Ж	У	
9 день	<b>Завтрак</b>						
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
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>810</b>	<b>88.8</b>	<b>24.83</b>	<b>25.24</b>	<b>82.93</b>	<b>643.5</b>

«Утверждаю»  
 И.О. директора  
 МБОУ СОШ им. К.Д.Тыва-хуус Морен  
 Артинского кожууна РТ  
 Хомуца О.М./



Меню на «16» ноября 2023г.

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюда Дети с 7 до 11	Пищевые вещества				ЭЦ
			Цена	Б	Ж	У	
<b>10 день</b>	<b>Завтрак</b>						
82М	Борщ	250	25	2.03	6.66	11.16	103.6
234М	Котлета рыбная	90	38	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
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>800</b>	<b>90.8</b>	<b>18.54</b>	<b>27.44</b>	<b>89.14</b>	<b>595.4</b>

«Утверждаю»  
 О.М. Хомышкун  
 директор  
 с. Морен  
 Эрзинского кожууна РТ  
 Хомышку О.М./

МБОУ СОШ им. Ж.Д. Тываха  
 Эрзинского кожууна РТ



Меню на «17» ноября 2023г.

№ Рецеп- туры	Наименование блюда	Выход блюда Дети с 7 до 11 лет	Цена	Пищевые вещества			ЭЦ
				Б	Ж	У	
<b>11 день</b>	<b>Завтрак</b>						
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
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>640</b>	<b>84.8</b>	<b>22.68</b>	<b>20.64</b>	<b>67.82</b>	<b>583.7</b>