



МЕНЮ
 МБОУ СОШ д. Таштамак
 на «18» ноября 2020 г.

Наименование изделий (блюд)	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал
Многолетные					
свекла отвар.	40	0,6		2,9	14
шн мясной	200	1,47	9,33	37,33	244
Тюб из курицы	150	14,2	18,4	23,7	320
компот из сух-в.	200	1	0,05	27,5	110
хлеб пшенич.	50	3,28	0,9	12,48	69
йогурт	100	4,1	3,2	10	98
Горячее Питание					
свекла отвар.	40	0,6		2,9	14
шн мясной	200	1,47	9,33	37,33	244
компот из сух-в	200	1	0,05	27,5	110
хлеб	50	3,28	0,9	12,48	69
Завтрак					
Макарон запек. с сыром	150	7,3	11,8	24,5	236
куриное филе, туш. соauce.	50	11,35	14,63	1,87	185
какао с молоком	200	2,4	2,3	10,2	69
хлеб пшенич. с маслом	30	3,28	0,9	12,48	69
сок 0,2	200	0	0	0	96
Обед					
свекла отвар.	40	0,6		2,9	14
шн мясной	200	1,47	9,33	37,33	244
Тюб из курицы	150	14,2	18,4	23,7	320
компот из сух-в	200	1	0,05	27,5	110
хлеб рженич.	30	0,8	0,4	15	74
йогурт.	100	4,1	3,2	10	98

Повар

Л.Д. Васильева

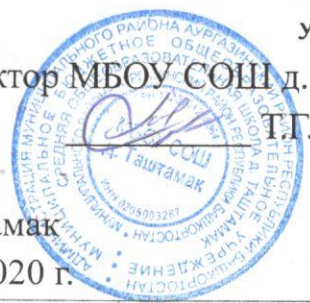


МЕНЮ
 МБОУ СОШ д. Таштамак
 на «19» *ноября* 2020 г.

Наименование изделий (блюд)	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал
Многодетные					
Салат из моркови	40	0,81	0,8	9	48
Суп карт с мясом боб.	250	7,5	4,33	41,67	250
Ранени отв.	150	5,82	4,31	37,08	210,5
Фрикадельки из кур втс	60/25	8,76	10,8	5,16	152
Напиток из лимона	200	0,6	0,16	17,2	85
Хлеб пшени	50	0,8	0,4	15	74
Горячее Питание					
Салат из моркови	40	0,81	0,8	9	48
Суп мяса с боб. карт.	250	7,5	4,33	41,67	250
Напиток из лимона	200	0,6	0,16	17,2	85
Хлеб пшениш.	50	0,8	0,4	15	74
Завтрак					
ОБЗ					
Каша из овсян. с молоком	180	8,06	5,18	33,22	215
Каша с молоком	200	2,1	2,1	11	70
Хлеб пшени с сыр. пор.	50/12	0,8	0,4	15	74
сок 0,2	200	0	0	0	96
сдобы	100	0,4	0,4	9,8	47
Обед					
Салат из моркови	40	0,81	0,8	9	48
Суп картофель с боб.	250	7,5	4,33	41,67	250
Ранени отв	150	5,82	4,31	37,08	210,50
Фрикадельки из кур втс	60/25	8,76	10,8	5,16	152
Напиток из лимона	200	0,6	0,16	17,2	85
Хлеб пшени	50	0,8	0,4	15	74

Повар *Л.Д. Васильева* Л.Д. Васильева

утверждаю
 Директор МБОУ СОШ д. Таштамак
 Т.Т. Кузьмина



МЕНЮ
 МБОУ СОШ д. Таштамак
 на «13» ноября 2020 г.

Наименование изделий (блюд)	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал
Многолетные					
Салат из моркови	40	0,89	0,8	9	48
Суп мясной с доп. сал.	200	2,27	9,33	38,67	244
Плов из кур.	150	14,2	18,4	23,7	320
Канитон витамин-ой	200	4	0	25	80
Хлеб пшени	0,06	3,28	0,9	12,48	68
Горячее Питание					
Салат из моркови	40	0,89	0,8	9	48
Суп мясной с доп. сал.	200	2,27	9,33	38,67	244
Канитон витамин-ой	200	4	0	25	80
Хлеб пшени.	0,06	3,28	0,9	12,48	68
ОВЗ Завтрак					
Макароны из св.	150	5,37	4,25	33,38	196
Котлеты кур с овощ.	60/25	12,08	6,18	10,25	145
чай с мол и сах.	200	2	5	18	75
Хлеб с маслом	30/8	3,28	0,9	12,48	68/62
сок 0,2	200	0	0	0	
Обед					
Салат из моркови	40	0,89	0,8	9	48
Суп картофельный с доп. сал.	200	2,27	9,33	38,67	244
Плов из кур.	150	14,2	18,4	23,7	320
Канитон витамин-ой	200	4	0	25	80
Хлеб пшени.	0,06	3,28	0,9	12,48	68
яблоки	100	0,4	0,4	9,8	47

Повар Л.Д. Васильева