

Утверждаю

директор
МОУ "Вышеславская ОШ" детский сад
/Груздева В.В./



МЕНЮ

3 октября 2023 г.

Сад 10 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак 1						
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	18,23	7,8	10,5	26	231
КАКАО С МОЛОКОМ	200	18,38	6,6	6,8	25	190
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ И МАСЛОМ	50	17,33	6,2	12,6	25,2	238
Итого		53,94	20,6	29,9	76,2	659
Завтрак2						
ЯБЛОКО	110	16,00	0,4	0,4	10,8	52
ПЕЧЕНЬЕ	31	8,71	2,3	2,9	22,8	127
Итого		24,71	2,7	3,3	33,6	179
Обед						
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	200	13,34	5,2	6,4	8,3	112
ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	50/50	44,12	14,5	37	3	404
РИС ОТВАРНОЙ	150	9,49	3,6	5,9	38,5	222
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	100	6,50	0,4		1,2	7
ЧАЙ СЛАДКИЙ	200	2,28	0,2		15,9	64
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,20	2,6	0,5	15,8	79
Итого		77,93	26,5	49,8	82,7	888
Полдник						
ЙОГУРТ	200	10,43	3,5	3,1	5,6	71
Итого		10,43	3,5	3,1	5,6	71
Всего		167,00	53,3	86,1	198,1	1797

Зав. производством (шеф-повар)

Кротова Л.А.

Утверждаю



директор

МОУ "Вышеславская ОШ"

/Груздева В.В./

МЕНЮ

3 октября 2023 г.

12 и старше лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ НА МОЛОКЕ	200	18,14	7,8	10,5	26	231
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	18,53	6,6	6,8	25	190
2011	3	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ И СЫРОМ	50	16,83	4,7	13	14,1	193
2008		ВАФЛИ	8	4,00	0,2	0,3	6,2	28
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	17,50	1	0,2	20,2	86
Итого				75,00	20,3	30,8	91,5	728
Обед								
2011	99	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ	250	13,27	6,3	9,1	10,8	150
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	50/50	45,59	14,9	37,4	3,3	410
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	180	11,12	4,5	6,3	46,8	261
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,20	0,2		15,9	64
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,21	1,4	0,3	8,5	42
2008		БАТОН	20	1,61	1,5	0,6	10	52
Итого				75,00	28,8	53,7	95,3	979
Всего				150,00	49,1	84,5	186,8	1707

повар

Кротова Л.А.

Утверждаю

директор
МОУ "Вышеславская ОШ" детский сад
/Груздева В.В./



МЕНЮ
4 октября 2023 г.

Сад 10 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак 1						
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	200	19,51	7,6	10,4	26,7	232
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	17,09	6	6,2	26,6	188
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ И МАСЛОМ	50	17,32	6,3	12,8	25,2	241
Итого		53,92	19,9	29,4	78,5	661
Завтрак 2						
ВАФЛИ	50	24,21	1,4	1,7	38,7	177
Итого		24,21	1,4	1,7	38,7	177
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	13,92	8,7	6,7	15,3	155
РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	65/60	38,11	13,3	7,5	2,5	132
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	160	12,12	3,5	5,6	21,9	151
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	100	6,50	0,4		1,2	7
ЧАЙ СЛАДКИЙ	200	2,31	0,2		15,9	64
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,20	2,6	0,5	15,8	79
Итого		75,16	28,7	20,3	72,6	588
Полдник						
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ	200	13,40	4,6	4,2	7,5	94
Итого		13,40	4,6	4,2	7,5	94
Всего		167,40	54,6	55,6	197,3	1520

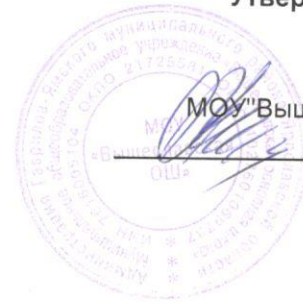
Зав. производством (шеф-повар)

Л.А. Кротова

Кротова Л.А.

Утверждаю

директор
МОУ "Вышеславская ОШ"
/Груздева В.В./



МЕНЮ

4 октября 2023 г.

БЮДЖЕТ 12 и старше лет

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Обед								
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ С КУРОЙ	250	9,37	8,3	7,6	18,7	177
2011	229	РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	80	44,67	15,9	5,9	2	126
2011	128	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	14,25	4,3	7,7	26,5	193
2011	349	ЧАЙ СЛАДКИЙ	200	2,20	0,2		15,9	64
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	24	1,35	1,6	0,3	9,6	48
2008		БАТОН	39	3,22	3	1,2	19,3	100
Итого				75,00	33,3	22,7	92	708
Всего				75,00	33,3	22,7	92	708

повар

Кротова Л.А.

Утверждаю

директор
МОУ "Вышеславская ОШ" детский сад
/Груздева В.В./



МЕНЮ
5 октября 2023 г.

Сад 10 часов

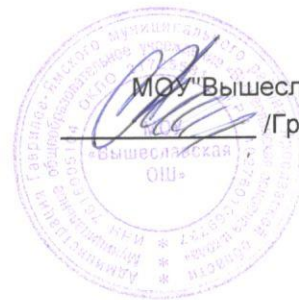
Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак 1						
КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	18,41	7,5	10,5	25,5	228
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	17,51	6	6,2	26,6	188
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ И МАСЛОМ	50	17,41	6,3	12,8	25,2	241
Итого		53,34	19,8	29,5	77,3	657
Завтрак2						
СОК	200	17,49	1	0,2	20,2	86
ПЕЧЕНЬЕ	38	10,45	2,8	3,5	27,4	153
Итого		27,94	3,8	3,7	47,6	239
Обед						
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	13,98	5,2	6,3	7,6	110
ТЕФТЕЛИ (1-Й ВАРИАНТ)	75/30	36,57	17,3	22,4	13,7	324
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	9,50	8,5	6,9	38,6	251
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	100	6,99	0,4		1,2	7
ЧАЙ СЛАДКИЙ	200	2,29	0,2		15,9	64
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,20	2,6	0,5	15,8	79
Итого		71,53	34,2	36,1	92,8	835
Полдник						
ЙОГУРТ	200	14,19	5,3	4,7	8,5	106
Итого		14,19	5,3	4,7	8,5	106
Всего		169,00	63,1	74	226,2	1837

Зав. производством (шеф-повар)

Кротова Л.А.

Кротова Л.А.

Утверждаю



директор
МОУ "Вышеславская ОШ"
/Груздева В.В./

МЕНЮ

5 октября 2023 г.

12 и старше лет

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак								
2011	418	КАША ЯЧНЕВАЯ НА МОЛОКЕ	200	18,17	7,5	10,5	25,5	228
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	17,38	6	6,2	26,6	188
2011	3	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ И СЫРОМ	50	16,83	4,8	13,1	14,1	194
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	17,35	1	0,2	20,2	86
2008		ВАФЛИ	10	4,67	0,2	0,7	8,2	40
Итого				75,00	19,5	30,7	94,6	736
Обед								
2011	88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С КУРОЙ	250	10,97	5,1	7,8	9,1	128
2008	283	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ	90	47,93	19,2	27,2	13,4	375
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	10,50	10,2	8,3	46,4	301
2008	411	ЧАЙ СЛАДКИЙ	200	2,20	0,2		15,9	64
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	21	1,21	1,4	0,3	8,5	42
2008		БАТОН	29	2,39	2,2	0,9	14,3	74
Итого				75,00	38,3	44,5	107,6	984
Всего				150,00	57,8	75,2	202,2	1720

повар

Кротова Л.А.

Кротова Л.А.

Утверждаю

директор
МОУ "Вышеславская ОШ" детский сад
Груздева В.В./



МЕНЮ
6 октября 2023 г.

Сад 10 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак 1						
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	18,64	7,6	10,4	26,7	232
КАКАО С МОЛОКОМ	200	18,59	6,6	6,8	25	190
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ И МАСЛОМ	50	17,41	6,3	12,8	25,2	241
Итого		54,64	20,5	30	76,9	663
Завтрак2						
ЯБЛОКО	100	14,56	0,4	0,4	9,8	47
Итого		14,56	0,4	0,4	9,8	47
Обед						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	15,60	5,7	6,4	12,7	133
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	180	63,62	32,7	23,1	52	551
ЧАЙ СЛАДКИЙ	200	2,29	0,2		15,9	64
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,20	2,6	0,5	15,8	79
Итого		83,71	41,2	30	96,4	827
Полдник						
ЙОГУРТ	200	14,09	5,3	4,7	8,5	106
Итого		14,09	5,3	4,7	8,5	106
Всего		167,00	67,4	65,1	191,6	1643

Зав. производством (шеф-повар)

Кротова Л.А.

Утверждаю



директор
МОУ "Вышеславская ОШ"
Груздева В.В./

МЕНЮ

6 октября 2023 г.

12 и старше лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ НА МОЛОКЕ	200	18,08	7,6	10,4	26,7	232
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	17,69	6,3	6,7	24,9	187
2011	3	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ И СЫРОМ	50	16,83	4,7	13	14,1	193
2008		ЯБЛОКО	154	22,40	0,6	0,6	15,1	72
Итого				75,00	19,2	30,7	80,8	684
Обед								
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРОЙ	250	14,45	6,5	8,9	17,5	176
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	200	54,70	33,8	23,5	59,7	591
2008	430	ЧАЙ СЛАДКИЙ	200	2,20	0,2		15,9	64
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,24	1,4	0,3	8,5	42
2008		БАТОН	30	2,39	2,3	0,9	15	78
Итого				75,00	44,2	33,6	116,6	951
Всего				150,00	63,4	64,3	197,4	1635

повар

Кротова Л.А.

Утверждаю

директор
МОУ "Вышеславская ОШ" детский сад
/Груздева В.В./



МЕНЮ

13 октября 2023 г.

Сад 10 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак 1						
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	18,71	7,8	10,5	26	231
КАКАО С МОЛОКОМ	200	18,96	6,6	6,8	25	190
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ И МАСЛОМ	50	17,43	6,3	12,8	25,2	241
Итого		55,09	20,7	30,1	76,2	662
Завтрак2						
ВАФЛИ	48	18,94	1,3	1,6	36,8	168
ЯБЛОКО	127	17,62	0,5	0,5	12,5	60
Итого		36,56	1,8	2,1	49,3	228
Обед						
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	200	13,61	5,4	6,4	8,6	114
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	180	35,84	12	31,2	18	402
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	100	5,13	0,4		1,2	7
КОМПОТ ИЗ ЗАМОРОЖЕННЫХ ФРУКТОВ	200	5,07	0,1		24,8	99
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,20	2,6	0,5	15,8	79
Итого		61,85	20,5	38,1	68,4	701
Полдник						
ЙОГУРТ	200	13,50	4,7	4,2	7,5	94
Итого		13,50	4,7	4,2	7,5	94
Всего		167,00	47,7	74,5	201,4	1685

Зав. производством (шеф-повар)

Л.А. Кротова

Кротова Л.А.

Утверждаю



директор
МОУ "Вышеславская ОШ"
Груздева В.В./

МЕНЮ

13 октября 2023 г.

БЮДЖЕТ 12 и старше лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	18,19	7,8	10,5	26	231
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	18,54	6,6	6,8	25	190
2011	3	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ И СЫРОМ	50	17,00	4,9	13,2	15,1	199
2008		ЯБЛОКО	123	16,34	0,5	0,5	12,1	58
2008		КОНФЕТЫ	12	4,70	0,2	0,9	10,2	50
Итого				75,00	20	31,9	88,4	728
Обед								
2008	99	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ	250	13,93	6,8	9,3	11,3	157
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ СО СВИНИНОЙ	210	52,05	17,6	44	23,3	560
2008	430	КОМПОТ ИЗ ЗАМОРОЖЕННЫХ ФРУКТОВ	200	4,97	0,1		24,9	100
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,16	1,4	0,3	8,4	42
2008		БАТОН	40	2,89	2,7	1	17,3	89
Итого				75,00	28,6	54,6	85,2	948
Всего				150,00	48,6	86,5	173,6	1676

повар

Кротова Л.А.

Утверждаю

директор
МОУ "Вышеславская ОШ" детский сад
/Груздева В.В./



МЕНЮ
17 октября 2023 г.

Сад 10 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак 1						
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	18,68	7,8	10,5	26	231
КАКАО С МОЛОКОМ	200	18,94	6,6	6,8	25	190
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ И МАСЛОМ	50	17,42	6,2	12,6	25,2	238
Итого		55,04	20,6	29,9	76,2	659
Завтрак2						
ЯБЛОКО	98	13,42	0,4	0,4	9,6	46
ВАФЛИ	28	11,06	0,8	0,9	21,5	98
Итого		24,48	1,2	1,3	31,1	144
Обед						
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	200	12,76	5,4	6,4	8,6	113
ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	50/50	41,73	14	35,8	3	391
РИС ОТВАРНОЙ	180	9,83	3,6	5,9	38,5	222
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	100	4,50	0,4		1,2	7
ЧАЙ СЛАДКИЙ	200	2,23	0,2		15,9	64
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,14	2,6	0,5	15,4	77
Итого		73,20	26,2	48,6	82,6	874
Полдник						
ЙОГУРТ	200	14,28	4,7	4,2	7,5	94
Итого		14,28	4,7	4,2	7,5	94
Всего		167,00	52,7	84	197,4	1771

Зав. производством (шеф-повар)

Кротова Л.А.

Утверждаю



директор
МОУ "Вышеславская ОШ"
/Груздева В.В./

МЕНЮ

17 октября 2023 г.

12 и старше лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ НА МОЛОКЕ	200	18,18	7,8	10,5	26	231
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	18,54	6,6	6,8	25	190
2011	3	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ И СЫРОМ	50	16,90	4,7	13	14,1	193
2008		ВАФЛИ	35	21,41	1	1,2	27,1	124
Итого				75,00	20,1	31,5	92,2	738
Обед								
2011	99	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ	250	13,18	6,4	9,1	11	151
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	50/50	44,40	15,1	37,9	3,4	415
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	180	11,43	4,5	6,3	46,8	261
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,20	0,2		15,9	64
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	23	1,27	1,5	0,3	9,2	46
2008		БАТОН	30	2,52	2,3	0,9	15	78
Итого				75,00	30	54,5	101,3	1015
Всего				150,00	50,1	86	193,5	1753

повар Кротова Л.А. Кротова Л.А.

Утверждаю

директор
МОУ "Выщеславская ОШ" детский сад
/Груздева В.В./



МЕНЮ
18 октября 2023 г.

Сад 10 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак 1						
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	200	18,96	8	11,4	24,5	235
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	17,66	6	6,2	26,6	188
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ И МАСЛОМ	50	17,43	6,3	12,8	25,2	241
Итого		54,04	20,3	30,4	76,3	664
Завтрак 2						
ЯБЛОКО	108	14,76	0,4	0,4	10,5	51
ПЕЧЕНЬЕ	33	9,32	2,5	3,1	24,4	136
Итого		24,08	2,9	3,5	34,9	187
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	13,26	8,4	6,7	14,9	153
РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	65/60	42,15	14	7,6	2,5	135
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	10,75	3,2	5,2	21,6	146
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	100	4,00	0,3		1	6
ЧАЙ СЛАДКИЙ	200	2,23	0,2		15,9	64
ХЛЕБ РЖАНОЙ	70	2,14	2,6	0,5	15,4	77
Итого		74,53	28,7	20	71,3	581
Полдник						
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ	200	14,35	4,7	4,2	7,5	94
Итого		14,35	4,7	4,2	7,5	94
Всего		167,00	56,6	58,1	190	1526

Зав. производством (шеф-повар)

Кротова Л.А.

Утверждаю



директор

МОУ "Вышеславская ОШ"

/Груздева В.В./

МЕНЮ

18 октября 2023 г.

12 и старше лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	200	18,51	7,9	11,4	24,3	234
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	17,07	5,9	6,2	30,1	201
2011	3	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ И СЫРОМ	50	16,66	4,5	13,1	12,6	187
2008		СОК	200	17,26	1	0,2	20,2	86
2008		ВАФЛИ	9	5,50	0,3	0,3	7	32
Итого				75,00	19,6	31,2	94,2	740
Обед								
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ С КУРОЙ	250	10,14	8,8	8	18,7	182
2011	229	РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	80/20	45,55	15,5	5,9	2	123
2011	128	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	13,37	4	7,3	26	187
2011	349	ЧАЙ СЛАДКИЙ	200	2,20	0,2		15,9	64
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,18	1,4	0,3	8,4	42
2008		БАТОН	30	2,56	2,4	0,9	15,6	81
Итого				75,00	32,3	22,4	86,6	679
Всего				150,00	51,9	53,6	180,8	1419

повар

Л.А. Кротова

Кротова Л.А.



Утверждаю

директор
МОУ "Вышеславская ОШ" детского сада
/Груздева В.В./

МЕНЮ

19 октября 2023 г.

Сад 10 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак 1						
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	18,85	7,6	10,4	26,7	232
КАКАО С МОЛОКОМ	200	18,90	6,6	6,8	25	190
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ И МАСЛОМ	50	16,97	5,8	12,6	22,4	227
Итого		54,71	20	29,8	74,1	649
Завтрак 2						
ЯБЛОКО	98	13,33	0,4	0,4	9,6	46
ВАФЛИ	11	4,43	0,3	0,4	8,6	39
Итого		17,76	0,7	0,8	18,2	85
Обед						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	13,64	5,6	6,4	11,4	126
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ	180	62,92	32,9	22,8	48,6	536
ЧАЙ СЛАДКИЙ	200	2,20	0,2		15,9	64
ХЛЕБ РЖАНОЙ	28	1,53	1,8	0,3	11	55
Итого		80,29	40,5	29,5	86,9	781
Полдник						
ЙОГУРТ	180	14,24	4,7	4,2	7,5	94
Итого		14,24	4,7	4,2	7,5	94
Всего		167,00	65,9	64,3	186,7	1609

Зав. производством (шеф-повар)

Л.А. Кротова

Кротова Л.А.



Утверждаю

директор
МОУ "Вышеславская ОШ"
Груздева В.В./

МЕНЮ

19 октября 2023 г.

12 и старше лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ НА МОЛОКЕ	200	18,06	7,6	10,4	26,7	232
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	17,66	6,3	6,7	24,9	187
2011	3	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ И СЫРОМ	50	16,90	4,7	13	14,1	193
2008		ВАФЛИ	35	22,38	1	1,2	27,1	124
Итого				75,00	19,6	31,3	92,8	736
Обед								
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРОЙ	250	14,05	6,6	9	16,3	172
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	200	55,82	34,4	23,9	60,1	599
2008	430	ЧАЙ СЛАДКИЙ	200	2,20	0,2		15,9	64
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,18	1,4	0,3	8,4	42
2008		БАТОН	20	1,75	1,5	0,6	9,5	49
Итого				75,00	44,1	33,8	110,2	926
Всего				150,00	63,7	65,1	203	1662

повар

Кротова Л.А.

Утверждаю

директор
МОУ "Вышеславская ОШ" детский сад
Груздева В.В./



МЕНЮ
20 октября 2023 г.

Сад 10 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак 1						
КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	18,62	7,5	10,5	25,5	228
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	17,61	6	6,2	26,6	188
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ И МАСЛОМ	50	17,43	6,3	12,8	25,2	241
Итого		53,66	19,8	29,5	77,3	657
Завтрак2						
ЯБЛОКО	117	16,00	0,5	0,5	11,5	55
ПЕЧЕНЬЕ	33	9,32	2,5	3,1	24,4	136
Итого		25,32	3	3,6	35,9	191
Обед						
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	14,20	5,3	6,5	7,1	110
ТЕФТЕЛИ (1-Й ВАРИАНТ)	80/30	37,58	17,7	22,7	14	330
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	9,02	8,5	6,9	38,6	251
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	4,80	0,4		1,2	7
КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	200	5,90			28,2	113
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,20	2,6	0,5	15,8	79
Итого		73,69	34,5	36,6	104,9	890
Полдник						
ЙОГУРТ	167	14,33	4,7	4,2	7,5	94
Итого		14,33	4,7	4,2	7,5	94
Всего		167,00	62	73,9	225,6	1832

Зав. производством (шеф-повар)

Кротова Л.А.

Утверждаю

директор

МОУ "Вышеславская ОШ"
/Груздева В.В./



МЕНЮ

20 октября 2023 г.

12 и старше лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2011	418	КАША ЯЧНЕВАЯ НА МОЛОКЕ	200	17,45	7,5	10,5	25,5	228
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	17,34	6	6,2	26,6	188
2011	3	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ И СЫРОМ	50	16,66	4,5	13,1	12,6	187
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	17,50	1	0,2	20,2	86
2008		ВАФЛИ	9	5,75	0,3	0,3	7	32
Итого				75,00	19,3	30,3	91,9	721
Обед								
2011	88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С КУРОЙ	250	11,81	5,5	8,1	9,1	132
2008	283	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ	100	43,70	17,5	25,9	14,9	363
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	10,99	10,2	8,3	46,4	301
2008	411	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	200	6,01			28,6	114
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,18	1,4	0,3	8,4	42
2008		БАТОН	20	1,49	1,4	0,5	8,9	46
Итого				75,00	36	43,1	116,3	998
Всего				150,00	55,3	73,4	208,2	1719

повар

Л.А. Кротова

Кротова Л.А.

Утверждаю
 директор
 МОУ "Вышеславская ОШ" детский сад
 Груздева В.В./



МЕНЮ

23 октября 2023 г.

Сад 10 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак 1						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	21,40	11,1	11,7	38,2	304
КАКАО С МОЛОКОМ	200	18,92	6,6	6,8	25	190
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ И МАСЛОМ	50	15,59	4,4	11,9	14	181
Итого		55,92	22,1	30,4	77,2	675
Завтрак 2						
СОК	200	17,49	1	0,2	20,2	86
ВАФЛИ	40	15,93	1,1	1,3	30,9	142
Итого		33,42	2,1	1,5	51,1	228
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	200	14,48	5,6	6,5	14,6	141
ПЛОВ	190	38,86	14,2	33,6	36,7	507
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	5,60	0,5	0,1	1,4	8
ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,20	0,2		15,9	64
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,20	2,6	0,5	15,8	79
БАТОН	20	1,56	1,5	0,6	9,5	49
Итого		64,90	24,6	41,3	93,9	848
Полдник						
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ	190	12,77	4,7	4,2	7,5	94
Итого		12,77	4,7	4,2	7,5	94
Всего		167,00	53,5	77,4	229,7	1845

Зав. производством (шеф-повар)



Кротова Л.А.



Утверждаю

директор

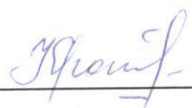
МОУ "Вышеславская ОШ"

/Груздева В.В./

МЕНЮ
23 октября 2023 г.

12 и старше лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2011	173	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	200	19,65	9,2	11,2	29,5	257
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	18,54	6,6	6,8	25	190
2011	3	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ И СЫРОМ	50	16,93	4,8	13,1	14,1	194
2008		КОНФЕТЫ	5	1,88	0,1	0,4	4,1	20
2008		ЯБЛОКО	132	18,00	0,5	0,5	12,9	62
Итого				75,00	21,2	32	85,6	723
Обед								
2011	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ	250	14,32	7,1	7	19,4	169
2011	265	ПЛОВ СО СВИНИНОЙ	200	55,61	20,1	43,6	41,6	641
2008	430	ЧАЙ СЛАДКИЙ	200	2,20	0,2		15,9	64
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	21	1,18	1,4	0,3	8,4	42
2008		БАТОН	20	1,69	1,5	0,6	10	52
Итого				75,00	30,3	51,5	95,3	968
Всего				150,00	51,5	83,5	180,9	1691

повар  - Кротова Л.А.