



Утверждаю

директор

МОУ "Вышеславская ОШ"

/Груздева В.В./

# МЕНЮ

20 сентября 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	
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	200	18,51	7,9	11,4	24,3	234
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	17,06	5,9	6,2	30,1	201
2011	3	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ И СЫРОМ	50	16,83	4,8	13,1	14,1	194
2008		СОК	200	<del>17,88</del>	1	0,2	20,2	86
2008		КОНФЕТЫ	11	4,72	0,2	0,8	9	44
<b>Итого</b>				<b>75,00</b>	<b>19,8</b>	<b>31,7</b>	<b>97,7</b>	<b>759</b>
<b>Обед</b>								
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ С КУРОЙ	250	10,50	9,1	8,3	18,8	186
2011	229	РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	<del>100</del>	45,73	16,3	6	2,1	128
2011	128	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	<del>180</del>	13,67	4	7,3	26	186
2011	349	ЧАЙ СЛАДКИЙ	200	2,20	0,2		15,9	64
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	<del>20</del>	1,21	1,4	0,3	8,5	42
2008		БАТОН	20	1,69	1,5	0,6	10	52
<b>Итого</b>				<b>75,00</b>	<b>32,5</b>	<b>22,5</b>	<b>81,3</b>	<b>658</b>
<b>Всего</b>				<b>150,00</b>	<b>52,3</b>	<b>54,2</b>	<b>179</b>	<b>1417</b>

повар

*Л.А. Кротова*

Кротова Л.А.

Утверждаю

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

# МЕНЮ

4 сентября 2023 г.

## Сад 10 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак 1</b>						
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	18,35	7,8	10,5	26	231
КАКАО С МОЛОКОМ	200	18,63	6,6	6,8	25	190
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ И МАСЛОМ	50	17,33	6,2	12,6	25,2	238
Итого		54,30	20,6	29,9	76,2	659
<b>Завтрак 2</b>						
ЯБЛОКО	110	16,00	0,4	0,4	10,8	52
ПЕЧЕНЬЕ	30	7,93	2,2	2,8	21,9	122
Итого		23,93	2,6	3,2	32,7	174
<b>Обед</b>						
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	200	12,44	5,2	6,4	8,1	110
ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	50/50	42,63	14	35,8	3	391
РИС ОТВАРНОЙ	150	10,02	3,6	5,9	38,5	222
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	56	7,80	0,4	0,1	1,4	8
ЧАЙ СЛАДКИЙ	200	2,23	0,2		15,9	64
ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	1,94	2,3	0,4	13,9	69
Итого		77,06	25,7	48,6	80,8	864
<b>Полдник</b>						
ЙОГУРТ	150	11,72	4,2	3,8	6,8	85
Итого		11,72	4,2	3,8	6,8	85
Всего		162,00	53,1	85,5	196,5	1782

Зав. производством (шеф-повар)

*Кротова*

Кротова Л.А.

Утверждаю



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

# МЕНЮ

4 сентября 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	
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ НА МОЛОКЕ	200	18,18	7,8	10,5	26	231
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	18,50	6,6	6,8	25	190
2011	3	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ И СЫРОМ	50	16,79	4,6	13	13,9	192
2008		СОК	200	17,50	1	0,2	20,2	86
2008		ПИРОЖНОЕ	9	4,03	0,5	0,7	5,6	24
<b>Итого</b>				<b>75,00</b>	<b>20,5</b>	<b>31,2</b>	<b>90,7</b>	<b>723</b>
<b>Обед</b>								
2011	99	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ	250	12,47	6,3	9,1	10,7	150
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	50/50	44,64	17,1	42,6	3,4	467
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	1,24	1,4	0,3	8,4	42
2008		БАТОН	40	3,30	3,1	1,2	20	104
<b>Итого</b>				<b>75,00</b>	<b>32,6</b>	<b>59,5</b>	<b>105,2</b>	<b>1088</b>
<b>Всего</b>				<b>150,00</b>	<b>53,1</b>	<b>90,7</b>	<b>195,9</b>	<b>1811</b>

повар

*Кротова*

Кротова Л.А.



Утверждаю



директор

МОУ "Вышеславская ОШ"

/Груздева В.В./

# МЕНЮ

5 сентября 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	
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	200	18,51	7,9	11,4	24,3	234
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	17,23	5,9	6,2	30,1	201
2011	3	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ И СЫРОМ	50	17,48	5	13,4	14,1	198
2008		ЯБЛОКО	150	21,76	0,6	0,6	14,7	70
<b>Итого</b>				<b>75,00</b>	<b>19,4</b>	<b>31,6</b>	<b>83,2</b>	<b>703</b>
<b>Обед</b>								
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ С КУРОЙ	250	10,81	9,3	8,4	19,1	189
2011	229	РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	80	45,41	16,2	6	2,2	128
2011	128	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	13,77	4	7,3	26,3	187
2011	349	ЧАЙ СЛАДКИЙ	200	2,20	0,2		15,9	64
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,16	1,4	0,3	8,4	42
2008		БАТОН	20	1,65	1,5	0,6	10	52
<b>Итого</b>				<b>75,00</b>	<b>32,6</b>	<b>22,6</b>	<b>81,9</b>	<b>662</b>
<b>Всего</b>				<b>150,00</b>	<b>52</b>	<b>54,2</b>	<b>165,1</b>	<b>1365</b>

повар

*Кротова Л.А.*

Кротова Л.А.



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

# МЕНЮ

6 сентября 2023 г.

## Сад 10 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак 1</b>						
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	18,82	7,6	10,4	26,7	232
КАКАО С МОЛОКОМ	200	18,34	6,6	6,8	25	190
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ И МАСЛОМ	50	17,33	6,3	12,8	25,2	241
Итого		54,49	20,5	30	76,9	663
<b>Завтрак 2</b>						
ЯБЛОКО	<del>100</del>	13,96	0,4	0,4	9,4	45
ПЕЧЕНЬЕ	45	12,02	3,4	4,3	33,2	185
Итого		25,98	3,8	4,7	42,6	230
<b>Обед</b>						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	13,65	5,6	6,4	11,4	126
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	170	<del>55,94</del>	30,8	21,4	44,6	499
КОМПОТ ИЗ ЗАМОРОЖЕННЫХ ФРУКТОВ	<del>200</del>	4,78	0,1		24,4	98
ХЛЕБ РЖАНОЙ	<del>30</del>	2,00	2,4	0,4	14,4	72
Итого		76,17	38,9	28,2	94,8	795
<b>Полдник</b>						
ЙОГУРТ	136	10,36	3,8	3,4	6,2	77
Итого		10,36	3,8	3,4	6,2	77
Всего		167,00	67	66,3	220,5	1765

Зав. производством (шеф-повар)

Кротова Л.А.



Утверждаю  
 директор  
 МОУ "Вышестьлавская ОШ"  
 Груздева В.В./

# МЕНЮ

6 сентября 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	
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ НА МОЛОКЕ	200	18,38	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		ПИРОЖНОЕ	16	7,38	0,8	1,3	10,3	45
2008		ЯБЛОКО	100	14,72	0,4	0,4	9,9	48
<b>Итого</b>				<b>75,00</b>	<b>19,8</b>	<b>31,8</b>	<b>85,9</b>	<b>705</b>
<b>Обед</b>								
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРОЙ	250	13,97	6,6	9	16,3	172
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	200	53,65	33,6	23,3	59,6	588
2008	430	КОМПОТ ИЗ ЗАМОРОЖЕННЫХ ФРУКТОВ	200	4,56	0,1		24,3	97
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,21	1,4	0,3	8,5	42
2008		БАТОН	20	1,61	1,5	0,6	10	52
<b>Итого</b>				<b>75,00</b>	<b>43,2</b>	<b>33,2</b>	<b>118,7</b>	<b>951</b>
<b>Всего</b>				<b>150,00</b>	<b>63</b>	<b>65</b>	<b>204,6</b>	<b>1656</b>

повар  Кротова Л.А.

## МЕНЮ

7 сентября 2023 г.

### Сад 10 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак 1</b>						
КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	18,44	7,5	10,5	25,5	228
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	17,43	6	6,2	26,6	188
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ И МАСЛОМ	50	17,33	6,3	12,8	25,2	241
Итого		53,20	19,8	29,5	77,3	657
<b>Завтрак2</b>						
ЯБЛОКО	110	16,00	0,4	0,4	10,8	52
ВАФЛИ	30	10,46	0,8	1	23,2	106
Итого		26,46	1,2	1,4	34	158
<b>Обед</b>						
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	13,61	5,2	6,3	7,1	107
ТЕФТЕЛИ (1-Й ВАРИАНТ)	<del>70</del> 130	34,86	16,8	22	13,5	319
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	9,58	8,5	6,9	38,6	251
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	<del>100</del>	8,13	0,5	0,1	1,5	8
КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	200	4,71			24,2	97
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,20	2,6	0,5	15,8	79
Итого		73,09	33,6	35,8	100,7	861
<b>Полдник</b>						
ЙОГУРТ	200	14,25	5,3	4,7	8,5	106
Итого		14,25	5,3	4,7	8,5	106
Всего		167,00	59,9	71,4	220,5	1782

Зав. производством (шеф-повар)



Кротова Л.А.



Утверждаю



директор

МОУ "Вышеславская ОШ"

Груздева В.В./

# МЕНЮ

7 сентября 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	
<b>Завтрак</b>								
2011	418	КАША ЯЧНЕВАЯ НА МОЛОКЕ	200	18,13	7,5	10,5	25,5	228
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	17,20	6	6,2	26,6	188
2011	3	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ И СЫРОМ	50	16,58	4,5	13,1	12,6	187
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	17,50	1	0,2	20,2	86
2008		ВАФЛИ	9	5,59	0,3	0,3	7	32
<b>Итого</b>				<b>75,00</b>	<b>19,3</b>	<b>30,3</b>	<b>91,9</b>	<b>721</b>
<b>Обед</b>								
2011	88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С КУРОЙ	250	11,22	5,4	8,1	8,9	131
2008	283	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ	100	45,63	18,7	26,6	14,4	372
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	9,60	10,2	8,3	46,4	301
2008	411	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	200	6,07			28,6	114
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,02	1,2	0,2	7,3	37
2008		БАТОН	20	1,44	1,3	0,5	8,8	45
<b>Итого</b>				<b>75,00</b>	<b>36,8</b>	<b>43,7</b>	<b>114,4</b>	<b>1000</b>
<b>Всего</b>				<b>150,00</b>	<b>56,1</b>	<b>74</b>	<b>206,3</b>	<b>1721</b>

повар

*Л.А. Кротова*

Кротова Л.А.



Утверждаю

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

# МЕНЮ

12 сентября 2023 г.

## Сад 10 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак 1</b>						
КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	200	20,66	8,9	10,9	37,8	287
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	17,59	6	6,2	26,6	188
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ И МАСЛОМ	50	17,32	6,3	12,8	25,2	241
Итого		55,58	21,2	29,9	89,6	716
<b>Завтрак2</b>						
ЯБЛОКО	110	16,09	0,4	0,4	10,8	52
ПЕЧЕНЬЕ	50	13,22	3,7	4,7	36,6	204
Итого		29,31	4,1	5,1	47,4	256
<b>Обед</b>						
БОРЩ	200	14,52	5,3	6,3	8,2	112
РЫБА ТУШОНАЯ С ОВОЩАМИ	60/60	35,22	12,3	7,4	2,5	127
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	9,21	8,5	6,9	38,8	252
ЧАЙ СЛАДКИЙ	200	2,21	0,2		15,9	64
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,20	2,6	0,5	15,8	79
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	100	7,06	0,4		1,2	7
Итого		70,42	29,3	21,1	82,4	641
<b>Полдник</b>						
ЙОГУРТ	200	19,69	4	3,6	6,4	81
Итого		19,69	4	3,6	6,4	81
Всего		164,00	58,6	59,7	225,8	1694

Зав. производством (шеф-повар)

Кротова Л.А.



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

# МЕНЮ

12 сентября 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	
<b>Завтрак</b>								
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ "ДРУЖБА"	200	20,13	8,9	10,9	37,8	287
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	17,34	6	6,2	26,6	188
2011	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ И СЫРОМ	50	16,83	4,7	13	14,1	193
2008		ЯБЛОКО	120	17,60	0,5	0,5	11,9	57
2008		ВАФЛИ	5	3,10	0,1	0,2	3,9	18
<b>Итого</b>				<b>75,00</b>	<b>20,2</b>	<b>30,8</b>	<b>94,3</b>	<b>743</b>
<b>Обед</b>								
2011	81	БОРЩ С КУРОЙ	260	14,06	6,6	9,2	9,8	149
2011	229	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ КУРИНОЙ ГРУДКИ (ФИЛЕ)	100	46,51	19,1	21,2	12,3	315
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	9,93	10,2	8,3	46,4	301
2011	349	ЧАЙ СЛАДКИЙ	200	2,20	0,2		15,9	64
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,02	1,2	0,2	7,3	37
2008		БАТОН	20	1,28	1,2	0,5	7,8	40
<b>Итого</b>				<b>75,00</b>	<b>38,5</b>	<b>39,4</b>	<b>99,5</b>	<b>906</b>
<b>Всего</b>				<b>150,00</b>	<b>58,7</b>	<b>70,2</b>	<b>193,8</b>	<b>1649</b>

повар Кротова Л.А. Кротова Л.А.

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

## МЕНЮ

13 сентября 2023 г.

### Сад 10 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак 1</b>						
КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	18,30	7,5	10,5	25,7	229
КАКАО С МОЛОКОМ	200	18,03	6,6	6,8	25	190
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ И МАСЛОМ	50,	17,33	6,3	12,8	25,2	241
Итого		53,66	20,4	30,1	75,9	660
<b>Завтрак2</b>						
ЯБЛОКО	100	14,29	0,4	0,4	9,6	46
ВАФЛИ	20	9,69	0,6	0,7	15,5	71
Итого		23,98	1	1,1	25,1	117
<b>Обед</b>						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	13,87	5,7	4,8	12,5	117
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ ,СГУЩ, МОЛОКОМ	180	59,07	32	19,8	41,8	476
ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,29	0,2		15,9	64
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,83	2,2	0,4	13,2	66
Итого		77,06	40,1	25	83,4	723
<b>Полдник</b>						
ЙОГУРТ	180	12,31	4,7	4,2	7,5	94
Итого		12,31	4,7	4,2	7,5	94
Всего		167,00	66,2	60,4	191,9	1594

Зав. производством (шеф-повар)



Кротова Л.А.



директор

МОУ "Вышеславская ОШ"

/Груздева В.В./

# МЕНЮ

13 сентября 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	
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	18,13	7,5	10,5	25,5	228
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	18,45	6,6	6,8	25	190
2011	3	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ И СЫРОМ	50	17,00	4,9	13,2	15,1	199
2008		КОНФЕТЫ	42	14,00	0,6	3	34,4	168
2008		ВАФЛИ	12	7,42	0,3	0,4	9,3	43
<b>Итого</b>				<b>75,00</b>	<b>19,9</b>	<b>33,9</b>	<b>109,3</b>	<b>828</b>
<b>Обед</b>								
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРОЙ	250	14,13	6,8	9,2	16,4	175
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	200	53,25	34,1	22,8	54,8	566
2008	430	КОМПОТ ИЗ ЗАМОРОЖЕННЫХ ФРУКТОВ	200	4,76	0,1		24,6	99
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	21	1,21	1,4	0,3	8,5	42
2008		БАТОН	20	1,65	1,5	0,6	10	52
<b>Итого</b>				<b>75,00</b>	<b>43,9</b>	<b>32,9</b>	<b>114,3</b>	<b>934</b>
<b>Всего</b>				<b>150,00</b>	<b>63,8</b>	<b>66,8</b>	<b>223,6</b>	<b>1762</b>

повар

*Л.А. Кротова*

Кротова Л.А.

Утверждаю

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



**МЕНЮ**  
14 сентября 2023 г.

**Сад 10 часов**

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак 1</b>						
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	200	18,66	8	11,4	24,5	235
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	17,95	6	6,2	26,6	188
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ И МАСЛОМ	50	17,33	6,3	12,8	25,2	241
Итого		53,94	20,3	30,4	76,3	664
<b>Завтрак 2</b>						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	17,48	1	0,2	20,2	86
ПЕЧЕНЬЕ	12	3,31	0,9	1,2	9,1	51
Итого		20,79	1,9	1,4	29,3	137
<b>Обед</b>						
СУП КРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	13,41	9	7,3	15	160
ЁЖИКИ С МЯСОМ И РИСОМ	90	36,93	16,3	20,3	10,2	289
МАКАРОННЫ ОТВАРНЫЕ	150	12,45	6,9	10,1	42,3	288
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	100	8,13	0,5	0,1	1,5	8
КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	200	6,02			28,2	113
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,10	1,3	0,2	7,9	40
Итого		78,03	34	38	105,1	898
<b>Полдник</b>						
ЙОГУРТ	200	14,25	5,3	4,7	8,5	106
Итого		14,25	5,3	4,7	8,5	106
Всего		167,00	61,5	74,5	219,2	1805

Зав. производством (шеф-повар)

*Л.А. Кротова*

Кротова Л.А.

Утверждаю

директор

МОУ "Вышеславская ОШ"

/Груздева В.В./



# МЕНЮ

14 сентября 2023 г.

12 и старше лет

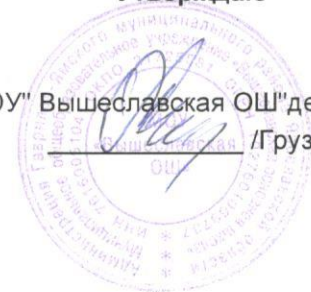
Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	18,59	7,9	11,4	24,3	234
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	17,05	6	6,2	26,4	187
2011	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ И СЫРОМ	50	16,58	4,4	13	12,6	185
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	17,50	1	0,2	20,2	86
2008		ВАФЛИ	8	5,28	0,2	0,3	6,6	30
<b>Итого</b>				<b>75,00</b>	<b>19,5</b>	<b>31,1</b>	<b>90,1</b>	<b>722</b>
<b>Обед</b>								
2011	99	СУП ГОРОХОВЫЙ С КУРОЙ	250	10,54	9,2	8,4	18,7	188
2008	285	ЁЖИКИ ИЗ КУРИНОЙ ГРУДКИ (ФИЛЕ)	100	47,57	18,8	20,2	15,3	318
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	8,00	6,8	5,9	41,5	246
2008	411	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	200	6,07			28,6	114
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,21	1,4	0,3	8,5	42
2008		БАТОН	20	1,61	1,5	0,6	10	52
<b>Итого</b>				<b>75,00</b>	<b>37,7</b>	<b>35,4</b>	<b>122,6</b>	<b>960</b>
<b>Всего</b>				<b>150,00</b>	<b>57,2</b>	<b>66,5</b>	<b>212,7</b>	<b>1682</b>

повар

Кротова Л.А.

Утверждаю

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



# МЕНЮ

18 сентября 2023 г.

Сад 10 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак 1</b>						
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	20,12	7,3	10,5	31,4	251
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	17,12	6	6,2	26,6	188
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ И МАСЛОМ	50	17,33	6,2	12,6	25,2	238
Итого		54,56	19,5	29,3	83,2	677
<b>Завтрак2</b>						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	17,48	1	0,2	19,8	86
ВАФЛИ	30	14,53	0,8	1	23,2	106
Итого		32,01	1,8	1,2	43	192
<b>Обед</b>						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	200	18,31	6,1	2,8	14,5	109
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ КУРИНОЙ ГРУДКИ ФИЛЕ	30	26,34	13,8	17	14,8	268
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	9,94	5,5	9,1	33,9	239
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	100	8,67	0,5	0,1	1,5	9
ЧАЙ СЛАДКИЙ	200	2,29	0,2		15,9	64
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,73	0,9	0,2	5,3	26
Итого		66,27	27	29,2	85,9	715
<b>Полдник</b>						
ЙОГУРТ	200	14,16	4,7	4,2	7,5	94
Итого		14,16	4,7	4,2	7,5	94
Всего		167,00	53	63,9	219,6	1678

Зав. производством (шеф-повар)

*Кротова Л.А.*

Кротова Л.А.



Утверждаю



директор

МОУ "Вышеславская ОШ"

/Груздева В.В./

# МЕНЮ

18 сентября 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	
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	200	20,39	7,6	10,5	34,1	264
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	17,34	6	6,2	26,6	188
2011	3	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ И СЫРОМ	50	16,83	4,8	13,1	14,1	194
2008		ВАФЛИ	14	2,80	0,1	0,1	3,5	16
2008		ЯБЛОКО	95	13,76	0,4	0,4	9,3	45
2008		КОНФЕТЫ	9	3,86	0,1	0,6	7,4	36
<b>Итого</b>				<b>75,00</b>	<b>19</b>	<b>30,9</b>	<b>95</b>	<b>743</b>
<b>Обед</b>								
2011	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	250	14,24	5,3	3,3	19,3	128
2008	272	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУРИНОЙ ГРУДКИ (ФИЛЕ)	95	47,32	19,6	23,7	15,7	353
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	8,56	6,6	6,6	40,5	248
2008	430	ЧАЙ СЛАДКИЙ	200	2,20	0,2		15,9	64
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,21	1,4	0,3	8,5	42
2008		БАТОН	20	1,49	1,4	0,6	9,3	48
<b>Итого</b>				<b>75,00</b>	<b>34,5</b>	<b>34,5</b>	<b>109,2</b>	<b>883</b>
<b>Всего</b>				<b>150,00</b>	<b>53,5</b>	<b>65,4</b>	<b>204,2</b>	<b>1626</b>

повар

Кротова Л.А.

Утверждаю

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



# МЕНЮ

20 сентября 2023 г.

Сад 10 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак 1</b>						
ВСЯНЯЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	200	18,53	8	11,4	24,5	235
Чайный НАПИТОК	200	17,12	6	6,2	26,6	188
СЛОИ С СЫРОМ И МАСЛОМ	50г	17,33	6,3	12,8	25,2	241
		52,97	20,3	30,4	76,3	664
<b>Завтрак 2</b>						
	103	14,93	0,4	0,4	10,1	48
	28	13,72	0,8	0,9	21,9	100
		28,65	1,2	1,3	32	148
<b>Обед</b>						
ПЕЧЕНОЧНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	12,54	8,5	6,7	15,1	154
ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	60/60	36,88	12,8	7,4	2,5	129
КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	10,34	3	5	21,1	142
СОУС СВЕЖИЙ	100	6,50	0,4		1,2	7
САЛАТ	200	2,29	0,2		15,9	64
КОМПОЗИЦИЯ	40	2,20	2,6	0,5	15,8	79
		70,74	27,5	19,6	71,6	575
<b>Полдник</b>						
КОМПОЗИЦИЯ ФРУКТОВЫЙ	190	14,84	4,6	4,2	7,5	94
		14,84	4,6	4,2	7,5	94
		167,00	53,6	55,5	187,4	1481

производством (шеф-повар) Кротова Л.А. Кротова Л.А.



Утверждаю



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

# МЕНЮ

26 сентября 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	
<b>Завтрак</b>								
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ "ДРУЖБА"	200	20,13	8,9	10,9	37,8	287
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	17,34	6	6,2	26,6	188
2011	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ И СЫРОМ	50	16,83	4,7	13	14,1	193
2008		СОК	200	17,50	1	0,2	20,2	86
2008		ПИРОЖНОЕ	8	3,20	0,4	0,6	4,7	20
<b>Итого</b>				<b>75,00</b>	<b>21</b>	<b>30,9</b>	<b>103,4</b>	<b>774</b>
<b>Обед</b>								
2011	81	БОРЩ С КУРОЙ	240	11,98	5,3	8,1	8,7	130
2011	229	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ КУРИНОЙ ГРУДКИ (ФИЛЕ)	100	47,34	19,5	21,6	11,5	317
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	9,93	10,2	8,3	46,4	301
2011	349	ЧАЙ СЛАДКИЙ	200	2,20	0,2		15,9	64
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,35	1,6	0,3	9,6	48
2008		БАТОН	30	2,20	2,1	0,8	13,6	70
<b>Итого</b>				<b>75,00</b>	<b>38,9</b>	<b>39,1</b>	<b>105,7</b>	<b>930</b>
<b>Всего</b>				<b>150,00</b>	<b>59,9</b>	<b>70</b>	<b>209,1</b>	<b>1704</b>

повар

Кротова Л.А.

Утверждаю

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

# МЕНЮ

28 сентября 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	
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	18,51	7,9	11,4	24,3	234
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	17,05	6	6,2	26,4	187
2011	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ И СЫРОМ	50	17,25	4,8	13,1	15,1	198
2008	442	ЯБЛОКИ	132	19,20	0,5	0,5	12,9	62
2008		КОНФЕТЫ	8	2,99	0,1	0,5	6,1	30
<b>Итого</b>				<b>73,00</b>	<b>19,3</b>	<b>31,7</b>	<b>84,8</b>	<b>711</b>
<b>Обед</b>								
2011	99	СУП ГОРОХОВЫЙ С КУРОЙ	250	11,26	9,4	8,6	18,7	190
2008	285	ЁЖИКИ ИЗ КУРИНОЙ ГРУДКИ (ФИЛЕ)	100	46,06	18,3	19,8	14,9	311
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	8,00	6,8	5,9	41,5	246
2008	411	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ	200	6,07			28,6	114
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	21	1,22	1,4	0,3	8,5	42
2008		БАТОН	30	2,39	2,3	0,9	15	78
<b>Итого</b>				<b>75,00</b>	<b>38,2</b>	<b>35,5</b>	<b>127,2</b>	<b>981</b>
<b>Всего</b>				<b>150,00</b>	<b>57,5</b>	<b>67,2</b>	<b>212</b>	<b>1692</b>

повар Кротова Л.А. Кротова Л.А.

Утверждаю

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



**МЕНЮ**  
27 сентября 2023 г.

**Сад 10 часов**

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак 1</b>						
КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	18,82	7,5	10,5	25,7	229
КАКАО С МОЛОКОМ	200	18,75	6,6	6,8	25	190
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ И МАСЛОМ	50	17,33	6,3	12,8	25,2	241
Итого		54,90	20,4	30,1	75,9	660
<b>Завтрак 2</b>						
ЯБЛОКО	120	17,37	0,5	0,5	11,7	56
Итого		17,37	0,5	0,5	11,7	56
<b>Обед</b>						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	13,97	5,7	6,4	12,5	132
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ, СГУЩ, МОЛОКОМ	180	63,35	32,8	20,1	52,3	523
ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,23	0,2		15,9	64
ХЛЕБ РЖАНОЙ	36	1,96	2,4	0,4	14,1	71
Итого		81,52	41,1	26,9	94,8	790
<b>Полдник</b>						
ЙОГУРТ	200	13,22	4	3,6	6,4	81
Итого		13,22	4	3,6	6,4	81
Всего		167,00	66	61,1	188,8	1587

Зав. производством (шеф-повар)

*Кротова Л.А.*

Кротова Л.А.

