Согласовано:

Школа МКОУ Лемешкинская СОШ". День 8 по меню | Отд./корп Директор Бодылева О.М. | День 12.09.2023

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Завтрак | гор.блюдо | 246 | Гуляш из отварного мяса | 90 | 47,00 | 208,8 | 15,2 | 14,8 | 3,6 |
| | гор.блюдо | 203 | Макароны отварные с маслом | 150 | 15,00 | 196,8 | 5,4 | 4,9 | 32,8 |
| | гор.напиток | 376 | Чай с сахаром | 200 | 15,00 | 60,0 | 0,1 | 0,0 | 15,0 |
| | хлеб | 701 | Хлеб пшеничный | 30 | 5,25 | 79,8 | 2,3 | 0,72 | 16,0 |
| | | | ИТОГО | **470** | **82,25** | **545,40** | **22,99** | **20,40** | **67,42** |

Повар Небеня

Согласовано:

Школа | МКОУ Лемешкинская СОШ". День 9 по меню | Отд./корп | Директор Бодылева О.М. | День | 13.09.2023

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Завтрак | гор.блюдо | 291 | Плов из птицы | 250 | 45,00 | 337,0 | 23,2 | 13,1 | 31,5 |
| | закуска | 75 | Икра морковная | 60 | 16,00 | 68,0 | 1,2 | 4,2 | 6,0 |
| | | | | | | | | | |
| | гор.напиток | 376 | Чай с сахаром и лимоном | 200 | 16,00 | 62,0 | 0,1 | 0,0 | 15,2 |
| | хлеб | 701 | Хлеб пшеничный | 40 | 5,25 | 114,4 | 3,1 | 1 | 21,4 |
| | | | ИТОГО | **550** | **82,25** | **581,38** | **27,59** | **18,30** | **74,06** |

Повар Небеня

Согласовано:

Школа МКОУ Лемешкинская СОШ". День 10 по меню | Отд./корп | Директор | Бодылева О.М. | День | 14.09.2023

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Завтрак | гор.блюдо | ттк/77/2 | Котлета рубленная куриная из п/ф высокой степени готовности | 100 | 34,00 | 220,0 | 15,9 | 9,5 | 16,1 |
| | закуска | 331 | Соус сметанный с томатом | 20 | 8,00 | 16,0 | 0,30 | 0,99 | 1,40 |
| | гор.блюдо | 54-21г | Горошница | 150 | 20,00 | 204,0 | 8,9 | 3,7 | 33,8 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | гор.напиток | 292 | Чай с сахаром | 200 | 15,00 | 60,0 | 0,1 | 0,0 | 15,2 |
| | хлеб | 701 | Хлеб пшеничный | 20 | 5,25 | 53,2 | 1,5 | 0,48 | 10,7 |
| | | | ИТОГО | **490** | **82,25** | **553,22** | **26,69** | **14,72** | **77,22** |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |

Повар _____

Согласовано:

Школа МКОУ Лемешкинская СОШ". День 1 по меню | Отд./корп | Директор Бодылева О.М. | День 15.09.2023

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Завтрак | гор.блюдо | 175 | Каша молочная Дружба | 200 | 40,00 | 272,0 | 7,8 | 9,2 | 39,5 |
| | гор.блюдо | 374 | Блинчики со сгущенным молоком | 70 | 22,00 | 92,0 | 9,9 | 4,8 | 2,3 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | гор.напиток | 376 | Чай с сахаром | 200 | 15,00 | 60,0 | 0,1 | 0,0 | 15,0 |
| | хлеб | 701 | Хлеб пшеничный | 30 | 5,25 | 79,8 | 2,3 | 0,72 | 16,0 |
| | | | ИТОГО | **500** | **82,25** | **503,78** | **20,10** | **14,71** | **72,83** |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |

Повар Небенуя

Согласовано:

Школа МКОУ Лемешкинская СОШ". День 2 по меню | Отд./корп | Директор Бодылева О.М. | День 18.09.2023

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Завтрак | | | | | | | | | |
| | гор.блюдо | ТТК77/3 | Котлеты "Домашние" из п/ф высокой степени готовности | 100 | 35,00 | 179,0 | 12,1 | 12,4 | 4,7 |
| | гор.блюдо | 331 | Соус сметанный с томатом | 20 | 10,00 | 16,0 | 0,3 | 1,0 | 1,4 |
| | гор.блюдо | 203 | Макароны отварные с маслом | 150 | 17,00 | 196,8 | 5,4 | 4,9 | 32,8 |
| | гор.напиток | 376 | Чай с сахаром | 200 | 15,00 | 60,0 | 0,1 | 0,0 | 15,0 |
| | хлеб | 701 | Хлеб пшеничный | 30 | 5,25 | 79,8 | 2,3 | 0,72 | 16,0 |
| | | | ИТОГО | **500** | **82,25** | **531,62** | **20,18** | **19,03** | **69,92** |

Повар Небенуя

Согласовано:

Школа МКОУ Лемешкинская СОШ". День 3 по меню Отд./корп Директор Бодылева О.М. День 19.09.2023

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Завтрак | гор.блюдо | 208 | Лапшевник с творогом | 150 | 38,00 | 258,0 | 13,0 | 9,0 | 30,1 |
| | сладкое | п.т. | Молоко сгущенное | 20 | 3,00 | 52,0 | 1,5 | 0,0 | 3,4 |
| | | | | | | | | | |
| | фрукты | 338 | Фрукт свежий (яблоко) | 100 | 20,00 | 47,0 | 0,4 | 0,4 | 10,0 |
| | гор.напиток | 377 | Чай с сахаром и лимоном | 200 | 16,00 | 62,0 | 0,1 | 0,0 | 15,2 |
| | хлеб | 701 | Хлеб пшеничный | 30 | 5,25 | 79,8 | 2,3 | 0,72 | 16,0 |
| | | | ИТОГО | **500** | **82,25** | **498,80** | **17,34** | **10,18** | **74,75** |

Повар Небенда

Согласовано:

Школа МКОУ Лемешкинская СОШ". День 4 по меню | Отд./корп | Директор | Бодылева О.М. | День | 20.09.2023

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Завтрак | гор.блюдо | 313 | Котлета рыбная из п/ф высокой степени готовности | 100 | 39,00 | 119,0 | 12,3 | 4,7 | 6,9 |
| | гор.блюдо | 171 | Каша рисовая рассыпчатая | 150 | 15,00 | 203,5 | 3,7 | 4,8 | 36,5 |
| | гор.блюдо | 331 | Соус сметанный с томатом | 20 | 8,00 | 16,0 | 0,3 | 1,0 | 1,40 |
| | | | | | | | | | |
| | гор.напиток | 376 | Чай с сахаром и лимоном | 200 | 15,00 | 60,0 | 0,1 | 0,0 | 15,0 |
| | хлеб | 701 | Хлеб пшеничный | 40 | 5,25 | 114,4 | 3,1 | 1 | 21,4 |
| | | | ИТОГО | **510** | **82,25** | **512,92** | **19,45** | **11,51** | **81,16** |

Повар Небеня

Согласовано:

Школа | МКОУ Лемешкинская СОШ". День 5 по меню | Отд./корп | Директор Бодылева О.М. | День | 21.09.2023

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Завтрак | гор.блюдо | ттк77/5 | Тефтели "Оригинальные" из п/ф высокой степени готовности | 100 | 30,00 | 169,0 | 10,0 | 13,3 | 2,3 |
| | гарнир | 171 | Каша рассыпчатая пшенная | 150 | 13,00 | 233,7 | 8,3 | 6,3 | 36,0 |
| | закуска | 47 | Капуста квашеная с растительным маслом | 60 | 15,00 | 51,4 | 1,0 | 3,0 | 5,1 |
| | гор.блюдо | 331 | Соус сметанный с томатом | 20 | 3,00 | 16,0 | 0,3 | 1,0 | 1,4 |
| | гор.напиток | 377 | Чай с сахаром и лимоном | 200 | 16,00 | 62,0 | 0,1 | 0,0 | 15,2 |
| | хлеб | 701 | Хлеб пшеничный | 20 | 5,25 | 55,2 | 1,5 | 0,48 | 10,7 |
| | | | ИТОГО | **550** | **82,25** | **587,34** | **21,29** | **24,09** | **70,65** |

Повар _____

Согласовано:

Школа | МКОУ Лемешкинская СОШ". День 6 по меню | Отд./корп | Директор Бодылева О.М. | День | 22.09.2023

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Завтрак | гор.блюдо | 182 | Каша рисовая молочная, жидкая с сахаром | 200 | 32,00 | 232,8 | 4,1 | 5,5 | 34,7 |
| | фрукты | 338 | Фрукт свежий (яблоко) | 100 | 15,00 | 47,0 | 0,4 | 0,4 | 10,0 |
| | | | | | | | | | |
| | закуска | 15 | Сыр порция | 10 | 15,00 | 36,0 | 2,6 | 2,7 | 0,0 |
| | гор.напиток | 376 | Чай с сахаром | 200 | 15,00 | 60,0 | 0,1 | 0,0 | 15,0 |
| | хлеб | 701 | Хлеб пшеничный | 40 | 5,25 | 114,4 | 3,1 | 1 | 21,4 |
| | | | ИТОГО | **550** | **82,25** | **490,20** | **10,26** | **9,60** | **81,08** |

Повар Небенуя

Согласовано:

Школа | МКОУ Лемешкинская СОШ". День 7 по меню | Отд./корп | Директор Бодылева О.М | День | 25.09.2023

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Завтрак | гор.блюдо | ттк/77/6 | Голубцы ленивые из п/ф высокой степени готовности | 100 | 34,00 | 116,0 | 9,3 | 6,1 | 5,9 |
| | гарнир | 171 | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 18,00 | 233,7 | 6,3 | 6,3 | 36,0 |
| | гор.блюдо | 331 | Соус сметанный с томатом | 20 | 10,00 | 16,0 | 1,0 | 1,0 | 1,4 |
| | гор.напиток | 376 | Чай с сахаром и каркаде | 200 | 15,00 | 60,0 | 0,1 | 0,0 | 15,0 |
| | хлеб | 701 | Хлеб пшеничный | 40 | 5,25 | 53,2 | 0,5 | 0,48 | 10,7 |
| | | | ИТОГО | **510** | **82,25** | **478,92** | **17,14** | **13,89** | **68,98** |

Повар Небенуя

Согласовано:

Школа МКОУ Лемешкинская СОШ". День 8 по меню | Отд./корп Директор Бодылева О.М. | День 26.09.2023

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Завтрак | гор.блюдо | 246 | Гуляш из отварного мяса | 90 | 47,00 | 208,8 | 15,2 | 14,8 | 3,6 |
| | гор.блюдо | 203 | Макароны отварные с маслом | 150 | 15,00 | 196,8 | 5,4 | 4,9 | 32,8 |
| | гор.напиток | 376 | Чай с сахаром | 200 | 15,00 | 60,0 | 0,1 | 0,0 | 15,0 |
| | хлеб | 701 | Хлеб пшеничный | 30 | 5,25 | 79,8 | 2,3 | 0,72 | 16,0 |
| | | | ИТОГО | **470** | **82,25** | **545,40** | **22,99** | **20,40** | **67,42** |

Повар Небенця