

«Согласовано»
 Директор МБОУ СОШ № 1
 им. А.А. Курбаева
 Снарская И.В.

Утверждаю

ИП ГУБЕКОВА И.Ш.



МЕНЮ

22 апреля 2024 г.

12-18 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2011	173	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ.	270	53.47	14,1	15,2	67,4	463
2011	15	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	17.55	4,2	5,4		66
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	11.00	0,1	8,3	0,1	75
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	5.85	3,7	0,3	24,3	115
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	6.13			19,8	81
Итого				95.00	22,3	29,2	111,6	800
2-я смена								
2011	70	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ	100	15.60	0,8	0,1	1,7	13
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	21.19	4,3	5,5	45,2	247
2011	290	ПТИЦА ,ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	120	46.23	15,9	25,9	7,2	329
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	5.85	3,7	0,3	24,3	115
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	6.13			19,8	81
Итого				95.00	24,9	31,8	98,2	785
Обед								
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	12.63	7,1	11,5	18,6	206
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	270	36.09	26	30,7	23	476
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	4.68	3	0,2	19,5	92
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	6.92			19,4	77
Итого				65.00	36,1	42,4	80,5	851
Всего				160.00	83,3	103,4	290,3	2436

«Согласовано»
 Директор МБОУ СОШ № 1
 им. А.А. Курбаева
 Снарская И.В.

Утверждаю

ИП ГУБЕКОВА И.Ш.



МЕНЮ

23 апреля 2024 г.

12-18 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2022	12	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	100	33.28	2	9,3	8,1	125
2022	2	ВАРЕНИКИ С КАРТОФЕЛЕМ	200	51.14	7,6	11,4	49,6	320
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	4.68	3	0,2	19,5	92
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	5.90	0,2		19,8	81
Итого				95.00	12,8	20,9	97	618
2-я смена								
2022	12	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	100	33.28	2	9,3	8,1	125
2022	2	ВАРЕНИКИ С КАРТОФЕЛЕМ	200	51.14	7,6	11,4	49,6	320
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	4.68	3	0,2	19,5	92
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	5.90	0,2		19,8	81
Итого				95.00	12,8	20,9	97	618
Обед								
2011	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	11.76	2,4	11,3	20,7	198
2011	199	ПЮРЕ ИЗ БОБОВЫХ С МАСЛОМ	180	13.13	15,6	9,2	32,6	275
2012	289	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ ПАРОВЫЕ	100	28.87	14,4	21,3	12	296
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	4.32	3	0,2	19,5	92
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	6.92			19,4	77
Итого				65.00	35,4	42	104,2	938
Всего				160.00	65,8	84,8	280,8	2140

«Согласовано»

Директор МБОУ СОШ № 1
им. А.А. Курбаева
Снарская И.В.



Утверждаю

ИП ГУБЕКОВА И.Ш.

(Signature) //

МЕНЮ 24 апреля 2024 г.

12-18 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	174	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА	270	55.95	9,7	15,8	57,6	412
2011	14	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	9.45	0,1	8,3	0,1	75
2011	15	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	14.49	3,5	4,4		55
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	4.68	3	0,2	19,5	92
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	4.80	0,2		15	61
2008	5	ПЕЧЕНЬЕ	15	5.63	1,1	1,5	11,2	63
Итого				95.00	17,6	30,2	103,4	758
2-я смена								
2008	266	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	250	67.74	23,5	37,4	49,6	629
2011	15	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	14.49	3,5	4,4		55
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	5.85	3,7	0,3	24,3	115
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	6.92			19,4	77
Итого				95.00	30,7	42,1	93,3	876
Обед								
2012	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250	12.00	9,3	3	17,5	134
2011	203	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	7.30	6,8	6,1	43,4	256
2011	290	ПТИЦА, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	100	34.28	13,9	18,4	2,7	239
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	4.50	3,7	0,3	24,3	115
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	6.92			19,4	77
Итого				65.00	33,7	27,8	107,3	821
Всего				160.00	82	100,1	304	2455

«Согласовано»

Директор МБОУ СОШ № 1

им. А.А. Курбаева

Снарская И.В.



Утверждаю

ИП ГУБЕКОВА И.Ш.

(Signature) //

МЕНЮ

25 апреля 2024 г.

12-18 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2012	10	КОНСЕРВИРОВАННЫЙ ЗЕЛЕНый ГОРОШЕК	100	16.10	2,1	10,1	4,4	117
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200	70.85	23,2	38,3	4,4	455
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	5.85	3,7	0,3	24,3	115
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2.20	0,2	0,1	16,2	65
Итого				95.00	29,2	48,8	49,3	752
2-я смена								
2012	274	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	250	72.46	20,8	34,3	17,2	462
2011	15	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	14.49	3,5	4,4		55
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	5.85	3,7	0,3	24,3	115
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2.20	0,2	0,1	16,2	65
Итого				95.00	26,8	37,4	57,7	675
Обед								
2011	88	СВЕКОЛЬНИК	250	10.15	2,3	9,9	13,4	152
2011	392	ПЕЛЬМЕНИ МЯСНЫЕ ОТВАРНЫЕ	200	42.89	24	26,3	69,6	608
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	4.68	3	0,2	19,5	92
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	6.92			19,4	77
Итого				65.00	29,3	36,4	121,9	929
Всего				160.00	85,3	122,6	228,9	2356

«Согласовано»

Директор МБОУ СОШ № 1

им. А.А. Курбаева

Снарская И.В.

Утверждаю

ИП ГУБЕКОВА И.Ш.



МЕНЮ

26 апреля 2024 г.

12-18 лет

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак								
2011	204	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	200	38.57	11,5	16,6	34,3	333
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	9.45	0,1	8,3	0,1	75
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	4.68	3	0,2	19,5	92
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	5.90	0,2		19,8	81
2022	10	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	140	36.40	0,6	0,6	13,3	64
Итого				95.00	15,4	25,7	87	645
2-я смена								
2011	204	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	200	38.57	11,5	16,6	34,3	333
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	9.45	0,1	8,3	0,1	75
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	4.68	3	0,2	19,5	92
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	5.90	0,2		19,8	81
2022	10	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	140	36.40	0,6	0,6	13,3	64
Итого				95.00	15,4	25,7	87	645
Обед								
2011	101	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	250	8.67	3	10,3	20,3	185
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	16.85	4,3	5,5	45,2	247
2011	256	МЯСО ТУШЕНОЕ С ОВОЩАМИ	100	28.24	13,5	37,3	9,2	426
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	4.32	3	0,2	19,5	92
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	6.92			19,4	77
Итого				65.00	23,8	53,3	113,6	1027
Всего				160.00	54,6	104,7	287,6	2317

«Согласовано»

Директор МБОУ СОШ № 1

им. А.А. Курбаева

Снарская И.В.

Утверждаю

ИП ГУБЕКОВА И.Ш.



МЕНЮ

29 апреля 2024 г.

12-18 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2011	173	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	250	47.72	12,2	10,8	50	347
2011	209	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	50	23.13	6,2	5,6	0,4	77
2011	15	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	14.49	3,5	4,4		55
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	4.68	3	0,2	19,5	92
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	4.98	0,2		15	61
Итого				95.00	25,1	21	84,9	632
2-я смена								
2011	70	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ	100	16.25	0,8	0,1	1,7	13
2008	323	КАША ПЕРЛОВАЯ	180	18.91	16,2	6,8	116,8	594
2012	255	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	100	50.18	17,5	8,6	10,1	187
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	4.68	3	0,2	19,5	92
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	4.98	0,2		15	61
Итого				95.00	37,7	15,7	163,1	947
Обед								
2011	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	11.18	2,4	6,5	15,9	135
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	10.98	3,6	4,6	37,7	206
2008	315	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ПАРОВЫЕ	100	32.41	15	22,2	11,2	305
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3.51	2,2	0,2	14,6	69
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	6.92			19,4	77
Итого				65.00	24	33,5	103,7	815
Всего				160.00	87,5	71,1	359,2	2435

«Согласовано»

Директор МБОУ СОШ № 1
им. А.А. Курбаева
Снарская И.В.

Утверждаю

ИП ГУБЕКОВА И.Ш.



МЕНЮ

30 апреля 2023 г.

12-18 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	250	67.78	25,1	33,8	42,7	574
2011	15	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	15.47	2,8	3,6		44
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	5.85	3,7	0,3	24,3	115
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	5.90	0,2		15	61
Итого				95.00	31,8	37,8	83,2	798
2-я смена								
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	250	67.78	25,1	33,8	42,7	574
2011	15	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	15.47	2,8	3,6		44
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	5.85	3,7	0,3	24,3	115
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	5.90	0,2		15	61
Итого				95.00	31,8	37,8	83,2	798
Обед								
2011	101	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	250	8.67	3	5,5	20,1	141
2011	203	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	12.18	7	4,8	44,4	249
2011	290	ПТИЦА, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	100	32.55	13,9	20,3	3,9	260
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	4.68	3	0,2	19,5	92
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	6.92			19,4	77
Итого				65.00	26,9	30,8	107,3	819
Всего				160.00	90,5	106,4	273,7	2415

«Согласовано»

Директор МБОУ СОШ № 1

им. А.А. Курбаева

Снарская И.В.

Утверждаю

ИП ГУБЕКОВА И.Ш.



МЕНЮ

1 мая 2024 г.

12-18 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2011	173	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ (ГЕРКУЛЕС)	280	54.47	13,2	16,8	55,6	426
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	11.00	0,1	10,1	0,1	91
2011	15	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	17.55	4,2	5,4		66
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	5.85	3,7	0,3	24,3	115
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	6.13	0,2		19,8	81
Итого				95.00	21,4	32,6	99,8	779
2-я смена								
2011	70	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ	100	18.20	0,8	0,1	1,7	13
2011	199	ПЮРЕ ИЗ БОБОВЫХ С МАСЛОМ	180	15.81	20,1	9,5	41,9	332
2012	285	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ, ЗАПЕЧЕННЫЕ В СОУСЕ	155	48.22	1,5	9,7	7,3	125
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	5.85	3,7	0,3	24,3	115
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	6.92			19,4	77
Итого				95.00	26,1	19,6	94,6	662
Обед								
2011	103	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	17.71	8,4	4,5	32,3	202
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	250	35.69	17,6	24,8	22,5	384
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	4.68	3	0,2	19,5	92
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	6.92			19,4	77
Итого				65.00	29	29,5	93,7	755
Всего				160.00	76,5	81,7	288,1	2196

«Согласовано»

Директор МБОУ СОШ № 1

им. А.А. Курбаева

Снарская И.В.

Утверждаю

ИП ГУБЕКОВА И.Ш.



МЕНЮ 1 мая 2024 г.

12-18 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	223	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	200	77.46	19	13,1	18,3	273
2011	326	СОУС МОЛОЧНЫЙ	50	5.78	1	2,8	3,5	44
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	5.85	3,7	0,3	24,3	115
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	5.90	0,2		15	61
Итого				95.00	24	24,7	62,4	573
2-я смена								
2011	70	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ	100	21.80	0,8	0,1	1,7	13
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	250	60.43	17,6	22,4	23,1	364
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	5.85	3,7	0,3	24,3	115
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	6.92			19,4	77
Итого				95.00	22,1	22,8	68,5	569
Обед								
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	8.95	6,7	7,9	19	173
2011	392	ПЕЛЬМЕНИ МЯСНЫЕ ОТВАРНЫЕ	240	44.45	23,9	23,5	69,6	584
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	4.68	3	0,2	19,5	92
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	6.92			19,4	77
Итого				65.00	33,2	27,9	126,9	889
Всего				160.00	79,3	75,4	257,8	2031

«Согласовано»

Директор МБОУ СОШ № 1

им. А.А. Курбаева

Снарская И.В.



Утверждаю

ИП ГУБЕКОВА И.Ш.

МЕНЮ

3 мая 2024 г.

12-18 лет

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак								
2022	12	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	100	35.59	2	9,3	8,1	125
2011	204	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	200	39.38	12,9	15,7	39,2	352
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	9.45	0,1	8,4	0,1	76
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	4.68	3	0,2	19,5	92
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	5.90	0,2		15	62
Итого				95.00	18,2	33,6	81,9	707
2-я смена								
2022	12	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	100	35.59	2	9,3	8,1	125
2011	204	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	200	39.38	12,9	15,7	39,2	352
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	9.45	0,1	8,4	0,1	76
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	4.68	3	0,2	19,5	92
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	5.90	0,2		15	62
Итого				95.00	18,2	33,6	81,9	707
Обед								
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	16.27	2,3	5,3	16,4	122
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	14.13	4,3	5,5	45,2	247
2011	255	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	100	23.00	13,8	13,2	4,5	211
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	4.68	3	0,2	19,5	92
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	6.92			19,4	77
Итого				65.00	23,4	24,2	105	749
Всего				160.00	59,8	91,4	268,8	2163