

Утверждаю



директор
МОБУ "Полянская ОШ"
/Холопова Н. Н./

МЕНЮ
2 декабря 2024 г.

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2011	294	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	15,5	17,4	7,2	246
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	200	5,5	8,8	33,1	234
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	1,5	5,1	8,9	88
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180/10/5	0,5		15,6	65
2020		БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	20				
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125
Итого				25,3	34,2	87,1	758
Обед							
2017	131/3	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	250	6,8	2,6	16,3	116
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50/50	14,8	16,2	3,4	219
2010	73	РИС ОТВАРНОЙ	180	4,1	5,5	42,7	236
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			20,4	81
2020		БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	20				
	ту	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	50	3,2	0,6	21,6	100
Итого				28,9	24,9	104,4	752
Всего				54,2	59,1	191,5	1510

Утверждаю



директор
МОБУ "Полянская ОШ"
/Холопова Н. Н./

МЕНЮ
3 декабря 2024 г.

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	184	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	6,2	9,6	29,6	230
2008	12	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/30	7	8,9		109
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,8	3	14,8	102
Итого				17	21,5	44,4	441
Обед							
2010	10/17	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (С ГОРОХОМ ЛУЩЕНЫМ)	250	11,1	13,5	16,2	231
2010	59	ШНИЦЕЛЬ	100	12,6	17,3	6,9	232
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	5,4	6,6	33,2	214
2012	372	КОМПОТ ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,5	0,2	24,5	111
	ту	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	60	3,9	0,7	26	120
Итого				33,5	38,3	106,8	908
Всего				50,5	59,8	151,2	1349

Утверждаю

директор
МОБУ "Полянская ОШ"
/Холопова Н. Н./



МЕНЮ
4 декабря 2024 г.

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2010	59	БИТОЧКИ	100	15	19,4	6,9	261
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	5,4	6,4	33,3	212
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/30	7	8,9		109
2008	411	КИСЕЛЬ ФЛОВОДО-ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	180			25,7	103
Итого				27,4	34,7	65,9	685
Обед							
		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ	250	4,9	7,6	24,8	187
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	250	13,8	20,9	23,6	338
2008	394	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			23,3	93
	ту	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	60	3,9	0,7	26	120
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125
Итого				24,9	32,1	120	863
Всего				52,3	66,8	185,9	1548

Утверждаю

директор
МОБУ "Полянская ОШ"
/Холопова Н. Н./



МЕНЮ
5 декабря 2024 г.

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150/20	29	20,1	40,7	466
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,4		10,5	44
2020		БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	30				
Итого				29,4	20,1	51,2	510
Обед							
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	8,6	10,7	20,7	213
2008	284	ТЕФТЕЛИ С ТОМАТНЫМ СОУСОМ	80/30	10,6	19,8	8,3	252
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	6,8	7,3	30,8	217
2011	375	КОМПОТ ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,5	0,2	26,4	119
	ту	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	60	3,9	0,7	26	120
Итого				30,4	38,7	112,2	921
Всего				59,8	58,8	163,4	1431



МЕНЮ
6 декабря 2024 г.

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	265	ПЛОВ	180	14,1	15,5	31,5	322
2020		БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	30				
2008		ПЕЧЕНЬЕ	33	2,5	3,2	24,6	138
2008	411	КИСЕЛЬ ФЛОВОДО-ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	180			25,7	103
Итого				16,6	18,7	81,8	563
Обед							
2008	105	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	2,4	5,9	15,3	125
2011	294	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	15,4	17,4	7,2	246
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180	4,7	7,1	21,7	172
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200			23,3	93
	ту	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	60	3,9	0,7	26	120
Итого				26,4	31,1	93,5	756
Всего				43	49,8	175,3	1319

Утверждаю



МЕНЮ
9 декабря 2024 г.

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	283	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ С ТОМАТНЫМ СОУСОМ	100	9	16,4	7,2	212
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6	6,2	37	228
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/15	3,5	4,5		55
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/15/5	0,4		15,9	66
Итого				18,9	27,1	60,1	561
Обед							
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ ГОВЯДИНОЙ	250/15	9,7	8,9	21	204
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50/50	13,2	15	4,3	206
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	6,7	7	30,6	213
2011	375	КОМПОТ ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,5	0,2	26,2	117
	ту	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	60	3,9	0,7	26	120
Итого				34	31,8	108,1	860
Всего				52,9	58,9	168,2	1421

Утверждаю

директор
МОБУ "Полянская ОШ"
/Холопова Н. Н./



МЕНЮ
10 декабря 2024 г.

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак							
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	200	7,1	9,6	34	251
2008	12	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/30	7	8,9		110
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,9	3,1	14,9	104
Итого				18	21,6	48,9	465
Обед							
2008	76	БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250	10,4	11,7	20,5	231
2011	294	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	15,4	16,7	7,3	241
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	180	4,1	7,7	42,8	256
2008	394	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			15	60
	ту	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	60	3,9	0,7	26	120
Итого				33,8	36,8	111,6	908
Всего				51,8	58,4	160,5	1373

Утверждаю

директор
МОБУ "Полянская ОШ"
/Холопова Н. Н./



МЕНЮ
11 декабря 2024 г.

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак							
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	100	9,4	8,1	6,7	136
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	4,9	7,5	29,9	207
2020		БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	30				
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125
2008	411	КИСЕЛЬ ФЛОВОДО-ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	180			24,9	100
Итого				16,6	18,5	83,8	568
Обед							
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	250	10	11,6	14,3	203
2008	265	ПЛОВ	250	11,7	17,8	24,5	305
	ту	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	60	3,9	0,7	26	120
2011	375	КОМПОТ ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,5	0,2	26,2	117
Итого				26,1	30,3	91	745
Всего				42,7	48,8	174,8	1313

Утверждаю



директор
МОБУ "Полянская ОШ"
/Холопова Н. Н./

МЕНЮ
12 декабря 2024 г.

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008		ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	180	16,7	27,2	4,1	328
2008	5	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/30	7	8,9		110
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/15/5	0,4		10,6	45
Итого				24,1	36,1	14,7	483
Обед							
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	2,3	4,9	18,5	127
2011	302	ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	200	12,8	15,8	27,4	304
2008	394	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			23,7	95
	ту	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	60	3,9	0,7	26	120
2020		БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	20				
Итого				19	21,4	95,6	646
Всего				43,1	57,5	110,3	1129

Утверждаю



директор
МОБУ "Полянская ОШ"
/Холопова Н. Н./

МЕНЮ
13 декабря 2024 г.

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	258	ЖАРКОЕ ПО ДОМАШНЕМУ	200	11,8	13,7	21,4	256
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	26	0,2		0,4	3
2020		БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	30				
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125
2008	411	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	180			24,9	100
Итого				14,3	16,6	69	484
Обед							
2017	131/3	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	250	6,8	2,8	16,4	118
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	100	13,8	11,3	3,1	190
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	200	6,7	7	30,6	213
2011	375	КОМПОТ ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,5	0,2	26,2	117
	ту	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	60	3,9	0,7	26	120
2020		БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	20				
Итого				31,7	22	102,3	758
Всего				46	38,6	171,3	1242

Утверждаю

директор
МОБУ "Полянская ОШ"
Холопова Н. Н./



МЕНЮ
16 декабря 2024 г.

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2011	294	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	15,3	17	7,3	242
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	200	5,5	8,9	33,1	235
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	1,5	5,5	9,3	94
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180/10/5	0,5		15,1	63
2020		БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	20				
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125
Итого				25,1	34,3	87,1	759
Обед							
2017	131/3	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	250	6,8	2,4	16,5	115
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50/50	15	15,8	3,3	216
2010	73	РИС ОТВАРНОЙ	180	4,1	5,6	42,8	238
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			20,3	81
2020		БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	20				
	ту	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	50	3,2	0,6	21,6	100
Итого				29,1	24,4	104,5	750
Всего				54,2	58,7	191,6	1509

Утверждаю

директор
МОБУ "Полянская ОШ"
Холопова Н. Н./



МЕНЮ
17 декабря 2024 г.

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	184	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	6,2	9,8	29,5	231
2008	12	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/30	6,9	8,8		108
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,7	2,9	14,8	101
Итого				16,8	21,5	44,3	440
Обед							
2010	10/17	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (С ГОРОХОМ ЛУЩЕНЫМ)	250	11,1	13,8	16,4	234
2010	59	ШНИЦЕЛЬ	100	12,5	16,6	6,9	226
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	5,4	7	33,2	217
2012	372	КОМПОТ ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,5	0,2	24,4	110
	ту	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	60	3,9	0,7	26	120
Итого				33,4	38,3	106,9	907
Всего				50,2	59,8	151,2	1347

Утверждаю

директор

МОБУ "Полянская ОШ"

/Холопова Н. Н./



МЕНЮ
18 декабря 2024 г.

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2010	59	БИТОЧКИ	100	15	18,7	6,9	256
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	5,4	6,6	33,3	214
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/30	6,9	8,8		108
2008	411	КИСЕЛЬ ФЛОВОДО-ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	180			25,7	103
Итого				27,3	34,1	65,9	681
Обед							
		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ	250	4,8	7,6	24,4	186
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	250	13,9	20,8	23,5	337
2008	394	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			22,9	92
	ту	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	60	3,9	0,7	26	120
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125
Итого				24,9	32	119,1	860
Всего				52,2	66,1	185	1541

Утверждаю

директор

МОБУ «Полянская ОШ»
Холопова Н. Н./



МЕНЮ
20 декабря 2024 г.

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	265	ПЛОВ	180	14	15,9	31,4	324
2020		БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	30				
2008		ПЕЧЕНЬЕ	33	2,5	3,2	24,3	137
2008	411	КИСЕЛЬ ФЛОВОДО-ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	180			25,7	103
Итого				16,5	19,1	81,4	564
Обед							
2008	105	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	2,4	6,1	15,3	127
2011	294	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	15,3	17	7,3	242
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180	4,9	7,4	21,6	175
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200			22,9	92
	ту	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	60	3,9	0,7	26	120
Итого				26,5	31,2	93,1	756
Всего				43	50,3	174,5	1320

Утверждаю

директор

МОБУ «Полянская ОШ»
Холопова Н. Н./



МЕНЮ
19 декабря 2024 г.

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150/20	29	20,1	40,7	466
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,4		10,5	44
2020		БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	30				
Итого				29,4	20,1	51,2	510
Обед							
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	8,6	10,7	20,7	213
2008	284	ТЕФТЕЛИ С ТОМАТНЫМ СОУСОМ	80/30	10,6	19,8	8,3	252
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	6,8	7,3	30,8	217
2011	375	КОМПОТ ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,5	0,2	26,4	119
	ту	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	60	3,9	0,7	26	120
Итого				30,4	38,7	112,2	921
Всего				59,8	58,8	163,4	1431

Утверждаю

директор
МОБУ «Полянская ОШ»
/Холопова Н. Н./



МЕНЮ
23 декабря 2024 г.

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак							
2008	283	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ С ТОМАТНЫМ СОУСОМ	100	9	16,4	7,2	212
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6	6,2	37	228
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/15	3,5	4,5		55
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/15/5	0,4		15,9	66
Итого				18,9	27,1	60,1	561
Обед							
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ ГОВЯДИНОЙ	250/15	9,7	8,9	21	204
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50/50	13,2	15	4,3	206
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	6,7	7	30,6	213
2011	375	КОМПОТ ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,5	0,2	26,2	117
	ту	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	60	3,9	0,7	26	120
Итого				34	31,8	108,1	860
Всего				52,9	58,9	168,2	1421

Утверждаю

директор
МОБУ «Полянская ОШ»
/Холопова Н. Н./



МЕНЮ
24 декабря 2024 г.

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак							
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	200	7,1	9,6	34	251
2008	12	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/30	7	8,9		110
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,9	3,1	14,9	104
Итого				18	21,6	48,9	465
Обед							
2008	76	БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250	10,4	11,7	20,5	231
2011	294	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	15,4	16,7	7,3	241
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	180	4,1	7,7	42,8	256
2008	394	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			15	60
	ту	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	60	3,9	0,7	26	120
Итого				33,8	36,8	111,6	908
Всего				51,8	58,4	160,5	1373

Утверждаю

директор
МОБУ «Полянская ОШ»
Холопова Н. Н./



МЕНЮ
25 декабря 2024 г.

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	100	9,4	8,1	6,7	136
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	4,9	7,5	29,9	207
2020		БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	30				
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125
2008	411	КИСЕЛЬ ФЛОВОДО-ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	180			24,9	100
Итого				16,6	18,5	83,8	568
Обед							
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	250	10	11,6	14,3	203
2008	265	ПЛОВ	250	11,7	17,8	24,5	305
	ту	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	60	3,9	0,7	26	120
2011	375	КОМПОТ ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,5	0,2	26,2	117
Итого				26,1	30,3	91	745
Всего				42,7	48,8	174,8	1313

Утверждаю

директор
МОБУ «Полянская ОШ»
Холопова Н. Н./



МЕНЮ
26 декабря 2024 г.

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008		ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	180	16,7	27,2	4,1	328
2008	5	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/30	7	8,9		110
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/15/5	0,4		10,6	45
Итого				24,1	36,1	14,7	483
Обед							
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	2,3	4,9	18,5	127
2011	302	ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	200	12,8	15,8	27,4	304
2008	394	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			23,7	95
	ту	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	60	3,9	0,7	26	120
2020		БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	20				
Итого				19	21,4	95,6	646
Всего				43,1	57,5	110,3	1129

Утверждаю

директор

МОБУ "Полянская ОШ"

/Холопова Н. Н./



МЕНЮ
27 декабря 2024 г.

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	258	ЖАРКОЕ ПО ДОМАШНЕМУ	200	11,8	13,7	21,4	256
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	26	0,2		0,4	3
2020		БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	30				
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125
2008	411	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	180			24,9	100
Итого				14,3	16,6	69	484
Обед							
2017	131/3	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	250	6,8	2,8	16,4	118
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	100	13,8	11,3	3,1	190
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	200	6,7	7	30,6	213
2011	375	КОМПОТ ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,5	0,2	26,2	117
	ту	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	60	3,9	0,7	26	120
2020		БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	20				
Итого				31,7	22	102,3	758
Всего				46	38,6	171,3	1242

Утверждаю

директор

МОБУ «Полянская ОШ»

(Холопова Н. Н.)



МЕНЮ
28 декабря 2024 г.

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2011	294	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	15,4	16,7	7,3	241
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	200	5,5	8,6	33,1	233
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	1,5	5,7	9,4	96
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180/10/5	0,5		15	63
2020		БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	20				
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125
Итого				25,2	33,9	87,1	758
Обед							
2017	131/3	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	250	6,8	2,8	16,4	118
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50/50	15	16,5	3,6	224
2010	73	РИС ОТВАРНОЙ	180	4,1	5,9	42,8	240
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			20,5	82
2020		БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	20				
	ту	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	50	3,2	0,6	21,6	100
Итого				29,1	25,8	104,9	764
Всего				54,3	59,7	192	1522