

Утверждаю



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

**МЕНЮ**  
1 февраля 2024 г.

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150/20	29	20,2	40,6	466
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,4		10,5	44
2020		БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	30				
<b>Итого</b>				<b>29,4</b>	<b>20,2</b>	<b>51,1</b>	<b>510</b>
<b>Обед</b>							
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	8,4	10,4	19	202
2008	284	ТЕФТЕЛИ С ТОМАТНЫМ СОУСОМ	80/30	10,5	20,1	8,2	254
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	6,8	7	30,8	214
2011	375	КОМПОТ ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,5	0,2	26,4	119
	ту	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	60	3,9	0,7	26	120
<b>Итого</b>				<b>30,1</b>	<b>38,4</b>	<b>110,4</b>	<b>909</b>
<b>Всего</b>				<b>59,5</b>	<b>58,6</b>	<b>161,5</b>	<b>1419</b>

Утверждаю



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

**МЕНЮ**  
2 февраля 2024 г.

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2008	265	ПЛОВ	180	14,1	15,3	31,3	320
2020		БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	30				
2008		ПЕЧЕНЬЕ	33	2,5	3,3	24,8	139
2008	411	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	180			25,5	102
<b>Итого</b>				<b>16,6</b>	<b>18,6</b>	<b>81,6</b>	<b>561</b>
<b>Обед</b>							
2008	105	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	2,4	5,6	15,3	122
2011	294	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	19,6	21,7	7,3	301
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180	4,7	7,6	21,6	176
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180			14,6	58
	ту	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	60	3,9	0,7	26	120
<b>Итого</b>				<b>30,6</b>	<b>35,6</b>	<b>84,8</b>	<b>777</b>
<b>Всего</b>				<b>47,2</b>	<b>54,2</b>	<b>166,4</b>	<b>1338</b>



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

## МЕНЮ

5 февраля 2024 г.

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2008	283	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ С ТОМАТНЫМ СОУСОМ	100	9	16,4	7	211
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6	6,2	36,6	226
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/15	3,5	10	0,1	105
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/15/5	0,4		15,5	64
<b>Итого</b>				<b>18,9</b>	<b>32,6</b>	<b>59,2</b>	<b>606</b>
<b>Обед</b>							
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ ГОВЯДИНОЙ	250/15	9,8	8,9	20,9	204
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	100	13,2	14,8	4,3	204
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	6,7	6,4	30,2	205
2011	375	КОМПОТ ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,5	0,2	26,4	119
	ту	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	60	3,9	0,7	26	120
<b>Итого</b>				<b>34,1</b>	<b>31</b>	<b>107,8</b>	<b>852</b>
<b>Всего</b>				<b>53</b>	<b>63,6</b>	<b>167</b>	<b>1458</b>



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

## МЕНЮ

6 февраля 2024 г.

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	200	6,9	9,5	32,9	245
2008	12	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/30	7	8,9		110
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,5	1,3	22,4	107
<b>Итого</b>				<b>15,4</b>	<b>19,7</b>	<b>55,3</b>	<b>462</b>
<b>Обед</b>							
2008	76	БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250	10,5	11,9	20,6	231
2011	294	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	17,5	23,7	7,4	311
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	180	3,4	7,2	36,2	223
2008	394	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			14,6	58
	ту	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	60	3,9	0,7	26	120
<b>Итого</b>				<b>35,3</b>	<b>43,5</b>	<b>104,8</b>	<b>943</b>
<b>Всего</b>				<b>50,7</b>	<b>63,2</b>	<b>160,1</b>	<b>1405</b>

Утверждаю



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

**МЕНЮ**  
7 февраля 2024 г.

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
<b>Завтрак</b>							
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	100	10	8,4	6,7	142
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	4,9	7,5	29,8	207
2020		БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	30				
2008		ПЕЧЕНЬЕ	33	2,5	3,3	24,8	139
2008	411	КИСЕЛЬ ФЛОВОДО-ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	180			25,5	102
<b>Итого</b>				<b>17,4</b>	<b>19,2</b>	<b>86,8</b>	<b>590</b>
<b>Обед</b>							
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	250	10	11,6	14,3	203
2008	265	ПЛОВ	250	11,6	17,8	24,3	304
	ту	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	60	3,9	0,7	26	120
2011	375	КОМПОТ ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,5	0,2	26,4	119
<b>Итого</b>				<b>26</b>	<b>30,3</b>	<b>91</b>	<b>746</b>
<b>Всего</b>				<b>43,4</b>	<b>49,5</b>	<b>177,8</b>	<b>1336</b>

Утверждаю



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

**МЕНЮ**  
8 февраля 2024 г.

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
<b>Завтрак</b>							
2008		ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	180	16,7	26,8	4,1	324
2008	5	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	7	8,9		110
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/15/5	0,4		10,6	44
<b>Итого</b>				<b>24,1</b>	<b>35,7</b>	<b>14,7</b>	<b>478</b>
<b>Обед</b>							
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	2,2	4,3	18,1	121
2011	302	ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	200	13,1	18,2	27,6	327
2008	394	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			14,6	58
	ту	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	60	3,9	0,7	26	120
2020		БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	20				
<b>Итого</b>				<b>19,2</b>	<b>23,2</b>	<b>86,3</b>	<b>626</b>
<b>Всего</b>				<b>43,3</b>	<b>58,9</b>	<b>101</b>	<b>1105</b>

Утверждаю



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

**МЕНЮ**  
9 февраля 2024 г.

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
<b>Завтрак</b>							
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	11,8	13,2	21,6	253
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	25	0,2		0,4	3
2020		БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	30				
2008		ПЕЧЕНЬЕ	33	2,5	3,3	24,8	139
2008	411	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	180			25,5	102
<b>Итого</b>				<b>14,5</b>	<b>16,5</b>	<b>72,3</b>	<b>497</b>
<b>Обед</b>							
2017	131/3	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	220	7,8	7	16	159
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	100	13,7	11,6	3,2	192
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	200	6,7	7	30,3	211
2011	375	КОМПОТ ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,5	0,2	26,4	119
	ту	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	60	3,9	0,7	26	120
2020		БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	20				
<b>Итого</b>				<b>32,6</b>	<b>26,5</b>	<b>101,9</b>	<b>801</b>
<b>Всего</b>				<b>47,1</b>	<b>43</b>	<b>174,2</b>	<b>1298</b>



Утверждаю

директор

МОБУ "Полянская ОШ"

/Холопова Н. Н./

**МЕНЮ**  
12 февраля 2024 г.

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2011	294	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	15,3	17,3	7,2	247
2010	78	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	200	5,5	8,4	33,1	231
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	1,5	5,1	8,9	89
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180/10/5	0,5		15,6	65
2020		БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	30				
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125
<b>Итого</b>				<b>25,1</b>	<b>33,7</b>	<b>87,1</b>	<b>757</b>
<b>Обед</b>							
2017	131/3	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	250	7	2,9	16,4	121
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50/50	14,9	16,3	3,6	221
2010	73	РИС ОТВАРНОЙ	180	4,1	5,9	42,8	240
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			20,2	81
2020		БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	20				
	ту	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	50	3,2	0,6	21,6	100
<b>Итого</b>				<b>29,2</b>	<b>25,7</b>	<b>104,6</b>	<b>763</b>
<b>Всего</b>				<b>54,3</b>	<b>59,4</b>	<b>191,7</b>	<b>1520</b>



Утверждаю

директор

МОБУ "Полянская ОШ"

/Холопова Н. Н./

**МЕНЮ**  
13 февраля 2024 г.

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2008	184	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	6,2	9,3	29,5	227
2008	12	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/30/30	7	14,2	0,1	159
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,5	1,3	22,4	107
<b>Итого</b>				<b>14,7</b>	<b>24,8</b>	<b>52</b>	<b>493</b>
<b>Обед</b>							
2010	10/17	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (С ГОРОХОМ ЛУЩЕНЫМ)	250	11,1	13,5	16,2	231
2010	59	ШНИЦЕЛЬ	100	12,5	16,8	6,9	229
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	5,4	6,4	33,2	212
2012	372	КОМПОТ ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,5	0,2	24,8	112
	ту	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	60	3,9	0,7	26	120
<b>Итого</b>				<b>33,4</b>	<b>37,6</b>	<b>107,1</b>	<b>904</b>
<b>Всего</b>				<b>48,1</b>	<b>62,4</b>	<b>159,1</b>	<b>1397</b>

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
14 февраля 2024 г.



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2010	59	БИТОЧКИ	100	15	18,9	6,9	257
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	5,4	6,1	33,3	210
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/20	4,6	11,3	0,1	122
2008	411	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	180			25,5	102
<b>Итого</b>				<b>25</b>	<b>36,3</b>	<b>65,8</b>	<b>691</b>
<b>Обед</b>							
		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ	250	4,7	7	24,4	180
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	250	14	21	23,7	340
2008	394	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			23,4	94
	ту	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	60	3,9	0,7	26	120
2008		ПЕЧЕНЬЕ	33	2,5	3,3	24,8	139
<b>Итого</b>				<b>25,1</b>	<b>32</b>	<b>122,3</b>	<b>873</b>
<b>Всего</b>				<b>50,1</b>	<b>68,3</b>	<b>188,1</b>	<b>1564</b>

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
15 февраля 2024 г.



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150/20	29	20,2	40,6	466
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,4		10,5	44
2020		БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	30				
<b>Итого</b>				<b>29,4</b>	<b>20,2</b>	<b>51,1</b>	<b>510</b>
<b>Обед</b>							
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	8,4	10,4	19	202
2008	284	ТЕФТЕЛИ С ТОМАТНЫМ СОУСОМ	80/30	10,5	20,1	8,2	254
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	6,8	7	30,8	214
2011	375	КОМПОТ ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,5	0,2	26,4	119
	ту	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	60	3,9	0,7	26	120
<b>Итого</b>				<b>30,1</b>	<b>38,4</b>	<b>110,4</b>	<b>909</b>
<b>Всего</b>				<b>59,5</b>	<b>58,6</b>	<b>161,5</b>	<b>1419</b>

Утверждаю



директор

МОБУ "Полянская ОШ"

/Холопова Н. Н./

## МЕНЮ

16 февраля 2024 г.

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
<b>Завтрак</b>							
2008	265	ПЛОВ	180	14,1	15,3	31,3	320
2020		БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	30				
2008		ПЕЧЕНЬЕ	33	2,5	3,3	24,8	139
2008	411	КИСЕЛЬ ФЛОВОДО-ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	180			25,5	102
<b>Итого</b>				<b>16,6</b>	<b>18,6</b>	<b>81,6</b>	<b>561</b>
<b>Обед</b>							
2008	105	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	2,4	5,6	15,3	122
2011	294	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	19,6	21,7	7,3	301
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180	4,7	7,6	21,6	176
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180			14,6	58
	ту	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	60	3,9	0,7	26	120
<b>Итого</b>				<b>30,6</b>	<b>35,6</b>	<b>84,8</b>	<b>777</b>
<b>Всего</b>				<b>47,2</b>	<b>54,2</b>	<b>166,4</b>	<b>1338</b>

Утверждаю



директор

МОБУ "Полянская ОШ"

/Холопова Н. Н./

## МЕНЮ

19 февраля 2024 г.

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
<b>Завтрак</b>							
2008	283	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ С ТОМАТНЫМ СОУСОМ	100	9,1	17	7,2	218
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6	6,7	36,9	232
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/15	3,5	10,4	0,1	109
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/15/5	0,4		15,8	66
<b>Итого</b>				<b>19</b>	<b>34,1</b>	<b>60</b>	<b>625</b>
<b>Обед</b>							
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ ГОВЯДИНОЙ	250/15	9,8	9,5	21	209
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	100	13,1	14,2	4,1	197
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	6,7	6,7	30,5	210
2011	375	КОМПОТ ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,5	0,2	26,2	118
	ту	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	60	3,9	0,7	26	120
<b>Итого</b>				<b>34</b>	<b>31,3</b>	<b>107,8</b>	<b>854</b>
<b>Всего</b>				<b>53</b>	<b>65,4</b>	<b>167,8</b>	<b>1479</b>

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
20 февраля 2024 г.



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	200	7,1	10,1	33,8	254
2008	12	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/30	6,9	8,8		108
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,5	1,3	22,4	107
<b>Итого</b>				<b>15,5</b>	<b>20,2</b>	<b>56,2</b>	<b>469</b>
<b>Обед</b>							
2008	76	БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250	10,4	12,3	20,1	234
2011	294	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	17,5	23,6	7,4	310
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	180	3,4	7	36,3	222
2008	394	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			14,9	60
	ту	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	60	3,9	0,7	26	120
<b>Итого</b>				<b>35,2</b>	<b>43,6</b>	<b>104,7</b>	<b>946</b>
<b>Всего</b>				<b>50,7</b>	<b>63,8</b>	<b>160,9</b>	<b>1415</b>

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
21 февраля 2024 г.



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	100	10	8,3	6,7	140
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	4,9	8	29,8	211
2020		БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	30				
2008		ПЕЧЕНЬЕ	33	2,5	3,2	24,3	137
2008	411	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	180			25,7	103
<b>Итого</b>				<b>17,4</b>	<b>19,5</b>	<b>86,5</b>	<b>591</b>
<b>Обед</b>							
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	250	10,1	12,2	14,5	209
2008	265	ПЛОВ	250	11,7	17,8	24,4	304
	ту	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	60	3,9	0,7	26	120
2011	375	КОМПОТ ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,5	0,2	26,2	118
<b>Итого</b>				<b>26,2</b>	<b>30,9</b>	<b>91,1</b>	<b>751</b>
<b>Всего</b>				<b>43,6</b>	<b>50,4</b>	<b>177,6</b>	<b>1342</b>



Утверждаю

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



**МЕНЮ**  
22 февраля 2024 г.

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2008		ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	180	16,7	26,4	4,1	321
2008	5	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	6,9	8,8		108
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/15/5	0,4		10,6	45
<b>Итого</b>				<b>24</b>	<b>35,2</b>	<b>14,7</b>	<b>474</b>
<b>Обед</b>							
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	2,3	4,8	18,3	126
2011	302	ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	200	13,1	18	27,9	326
2008	394	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			14,9	60
	ту	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	60	3,9	0,7	26	120
2020		БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	20				
<b>Итого</b>				<b>19,3</b>	<b>23,5</b>	<b>87,1</b>	<b>632</b>
<b>Всего</b>				<b>43,3</b>	<b>58,7</b>	<b>101,8</b>	<b>1106</b>

Утверждаю

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



**МЕНЮ**  
26 февраля 2024 г.

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
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	30				
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125
<b>Итого</b>				<b>25,1</b>	<b>34,3</b>	<b>87,1</b>	<b>759</b>
<b>Обед</b>							
2017	131/3	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	250	7,1	2,3	16,4	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
<b>Итого</b>				<b>29,4</b>	<b>24,3</b>	<b>104,4</b>	<b>750</b>
<b>Всего</b>				<b>54,5</b>	<b>58,6</b>	<b>191,5</b>	<b>1509</b>

**МЕНЮ**  
27 февраля 2024 г.

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



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2008	184	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	6,2	9,8	29,5	231
2008	12	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/30/30	6,9	14,6	0,1	161
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,5	1,3	22,4	107
<b>Итого</b>				<b>14,6</b>	<b>25,7</b>	<b>52</b>	<b>499</b>
<b>Обед</b>							
2010	10/17	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (С ГОРОХОМ ЛУЩЕНЫМ)	250	11,1	13,8	16,3	235
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
<b>Итого</b>				<b>33,4</b>	<b>38,3</b>	<b>106,8</b>	<b>908</b>
<b>Всего</b>				<b>48</b>	<b>64</b>	<b>158,8</b>	<b>1407</b>

**МЕНЮ**  
28 февраля 2024 г.

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



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
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	30/20	4,6	11,8	0,1	127
2008	411	КИСЕЛЬ ФЛОВОДО-ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	180			25,7	103
<b>Итого</b>				<b>25</b>	<b>37,1</b>	<b>66</b>	<b>700</b>
<b>Обед</b>							
		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ	250	4,8	7,6	24,4	186
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	250	13,9	20,8	23,4	337
2008	394	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			22,9	92
	ту	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	60	3,9	0,7	26	120
2008		ПЕЧЕНЬЕ	33	2,5	3,2	24,3	137
<b>Итого</b>				<b>25,1</b>	<b>32,3</b>	<b>121</b>	<b>872</b>
<b>Всего</b>				<b>50,1</b>	<b>69,4</b>	<b>187</b>	<b>1572</b>

Утверждаю



директор

МОБУ "Полянская ОШ"

/Холопова Н. Н./

**МЕНЮ**  
29 февраля 2024 г.

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150/20	28,9	20,6	40,9	471
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,4		10,5	44
2020		БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	30				
<b>Итого</b>				<b>29,3</b>	<b>20,6</b>	<b>51,4</b>	<b>515</b>
<b>Обед</b>							
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	8,5	10,8	18,5	206
2008	284	ТЕФТЕЛИ С ТОМАТНЫМ СОУСОМ	80/30	10,6	18,9	8,5	245
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	6,7	7,5	30,5	217
2011	375	КОМПОТ ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,5	0,2	26,2	118
	ту	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	60	3,9	0,7	26	120
<b>Итого</b>				<b>30,2</b>	<b>38,1</b>	<b>109,7</b>	<b>906</b>
<b>Всего</b>				<b>59,5</b>	<b>58,7</b>	<b>161,1</b>	<b>1421</b>