

Утверждаю:

Директор
МБОУ «Тигильская СОШ»

Возж.



Сыздыкова З.А.

МЕНЮ

30 апреля 2025 г.
7-11 лет

№ рецептуры	Блюда	Вес блюда, г	Цена, руб.	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая
Завтрак							
184	КАША ПШЕННАЯ	165	42,27	6	7	29	218
380	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С	200	44,17	3	3	7	69
6	БУТЕРБРОД	50	41,80	3	6	22	153
Б/Н	ФРУКТЫ	100	51,00	0	0	11	58
	Итого	515		12	16	69	498
Обед							
Б/Н	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	67	21,76	1	0	1	8
99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ОВОЩАМИ	200	60,76	7	8	24	180
38	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	90	117,37	11	18	1	215
331	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	17,43	6	5	31	191
347.1	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	75,2	0	0	19	69
БН	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	4	3	0	20	95
	Итого	747		28	31	96	758
Полдник							
471	БУЛОЧКА «ВЕСНУШКА»	115	95	8,3	6,9	62,5	349
430	ЧАЙ С САХАРОМ	185	12	0,2	0,1	15	60
	Свежий ФРУКТ	200	51	3	1	42	192

Медицинская сестра *В.В. Таштамышева* /Таштамышева В.В.

Утверждаю:

Директор
МБОУ «Тигильская СОШ»

Возл.



МЕНЮ

30 апреля 2025 г.
12-18 лет

№ рецептуры	Блюда	Вес блюда, г	Цена, руб.	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая
Завтрак							
184	КАША ПШЕННАЯ	170	43,55	6,18	7,21	29,88	224,61
380	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С	250	55,21	3,75	3,75	8,75	86,25
6	БУТЕРБРОД	55	45,98	3,30	6,60	24,20	168,30
Б/Н	ФРУКТЫ	150	46,50	9,00	0,00	12,00	87,00
	Итого	515		22	18	75	566
Обед							
Б/Н	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	80	9,6	1,2	0,0	1,2	9,6
99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ОВОЩАМИ	250	225,0	8,8	10,0	30,0	225,0
38	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	95	226,9	11,6	19,0	1,1	226,9
331	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	191,0	6,0	5,0	31,0	191,0
347.1	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	250	593,8	18,8	0,0	125,0	593,8
Б/Н	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	55	24,2	0,0	0,0	5,5	24,2
	Итого			46,3	34,0	193,7	1270,4
Полдник							
471	БУЛОЧКА «ВЕСНУШКА»	115	95	8,3	6,9	62,5	349
430	ЧАЙ С САХАРОМ	20	12	0,2	0,1	16,1	60
	Свежий ФРУКТ	250	51	3,8	1,3	52,5	192

Медицинская сестра *В.В. Таштамышева* /Таштамышева В.В.