

Утвержден: Приказом № 76 от " 01 " 09 2021г.

Директора МБОУ СОШ №2 г.Турана /С.Т.Аракчаа/

ПРИМЕРНОЕ ДВЕНАДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ для отдельных категорий учащихся МБОУ СОШ №2 г.Турана

Номер технологической карты	Наименование.	Выход блюд		Пищевые вещества								
		7-11 лет	11-15 лет	ККАЛ		Белки		Жиры		Углеводы		
				7-11 лет	11-15 лет	7-11 лет	11-15 лет	7-11 лет	11-15 лет	7-11 лет	11-15 лет	
ЗАВТРАК												
	Каша рисовая молочная жидкая	200	250	420.3	525.4	10.24	12.8	13.24	16.55	65.22	81.53	
	Чай с молоком	200	200	89.55	89.55	1.40	1.40	1.60	1.60	17.39	17.39	
	Хлеб пшеничный	30	50	14.76	24.6	2.28	3.8	70.5	117.5	0.24	0.4	
ИТОГО				644.05	769.91	13.92	22.59	93.02	144.22	91.52	107.99	

Номер технологической карты	Наименование.	Выход блюд		Пищевые вещества								
		7-11 лет	11-15 лет	ККАЛ		Белки		Жиры		Углеводы		
				7-11 лет	11-15 лет	7-11 лет	11-15 лет	7-11 лет	11-15 лет	7-11 лет	11-15 лет	
ЗАВТРАК												
	Суп молочный с крупой	250	300	185.68	27.94	6.18	7.42	7.58	9.10	23.28	27.94	
	Кофейный напиток на сгущенном молоке	200	200	131.87	131.87	2.01	2.01	2.39	2.39	25.65	25.65	
	Хлеб пшеничный	30	50	14.76	24.6	2.28	3.8	70.5	117.5	0.24	0.4	
ИТОГО				644.05	769.91	10.47	22.59	93.02	144.22	91.52	107.99	

Номер технологической карты	Наименование.	Выход блюд		Пищевые вещества								
		7-11 лет	11-15 лет	ККАЛ		Белки		Жиры		Углеводы		
				7-11 лет	11-15 лет	7-11 лет	11-15 лет	7-11 лет	11-15 лет	7-11 лет	11-15 лет	
ЗАВТРАК												
	Омлет натуральный	120	180	204.1	306.11	10.74	16.12	16.65	24.98	2.81	4.21	
	Чай с лимоном	200	200	61.62	61.62	0.07	0.07	0.01	0.01	15.31	15.31	
	Хлеб пшеничный	30	50	14.76	24.6	2.28	3.8	70.5	117.5	0.24	0.4	
ИТОГО				644.05	769.91	13.09	22.59	93.02	144.22	91.52	107.99	

Номер технологической карты	Наименование.	Выход блюд		Пищевые вещества								
		7-11 лет	11-15 лет	ККАЛ		Белки		Жиры		Углеводы		
				7-11 лет	11-15 лет	7-11 лет	11-15 лет	7-11 лет	11-15 лет	7-11 лет	11-15 лет	
ЗАВТРАК												
	Каша молочная. пшеничная. жидкая	200	250	237.97	297.46	7.26	9.07	7.83	9.84	34.42	43.02	
	Кисель из концентрата ягодного	200	200	116.19	116.19	1.36	1.36	0.00	0.00	29.02	29.02	
	Хлеб пшеничный	30	50	14.76	24.6	2.28	3.8	70.5	117.5	0.24	0.4	
ИТОГО				644.05	769.91	10.90	22.59	93.02	144.22	91.52	107.99	

Номер технологической карты	Наименование.	Выход блюд		Пищевые вещества								
		7-11 лет	11-15 лет	ККАЛ		Белки		Жиры		Углеводы		
				7-11 лет	11-15 лет	7-11 лет	11-15 лет	7-11 лет	11-15 лет	7-11 лет	11-15 лет	
ЗАВТРАК												
	Суп молочный с макаронными изделиями	250	300	195.10	234.12	6.98	5.82	7.65	9.18	24.66	29.6	
	Кофейный напиток на сгущенном молоке	200	200	131.87	131.87	2.01	2.01	2.39	2.39	25.65	25.65	
	Хлеб пшеничный	30	50	14.76	24.6	2.28	3.8	70.5	117.5	0.24	0.4	
ИТОГО				644.05	769.91	11.27	22.59	93.02	144.22	91.52	107.99	

Номер технологической карты	Наименование.	Выход блюд		Пищевые вещества								
		7-11 лет	11-15 лет	ККАЛ		Белки		Жиры		Углеводы		
				7-11 лет	11-15 лет	7-11 лет	11-15 лет	7-11 лет	11-15 лет	7-11 лет	11-15 лет	
ЗАВТРАК												
	Каша вязкая молочная манная	250	300	270.76	324.91	7.56	9.07	9.82	11.78	37.91	45.5	
№ 293	Сок фруктовый	200	200	2.0	2.0	0.2	0.2	5.8	5.8	36.00	36.00	
	Хлеб пшеничный	30	50	14.76	24.6	2.28	3.8	70.5	117.5	0.24	0.4	
ИТОГО				644.05	769.91	10.04	22.59	93.02	144.22	91.52	107.99	

Утвержден:
Приказом № 46 от " 01 " 09 2021г.

Директора МБОУ СОШ №2 г.Турана
/С.Т.Аракчаа/

ПРИМЕРНОЕ ДВЕНАДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ для отдельных категорий учащихся МБОУ СОШ №2 г.Турана

Номер технологической карты	Наименование.	Выход блюд				Пищевые вещества					
		7-11 лет	11-15 лет	ККАЛ		Белки		Жиры		Углеводы	
				7-11 лет	11-15 лет	7-11 лет	11-15 лет	7-11 лет	11-15 лет	7-11 лет	11-15 лет
7 ДЕНЬ											
ЗАВТРАК											
	Каша вязкая молочная манная	250	300	270.76	324.91	7.56	9.07	9.82	11.78	37.91	45.5
	Какао с сгущенным молоком	200	200	154.15	154.15	3.78	3.78	3.91	3.91	26.04	26.04
	Хлеб пшеничный	30	50	14.76	24.6	2.28	3.8	70.5	117.5	0.24	0.4
ИТОГО				644.05	769.91	13.62	22.59	93.02	144.22	91.52	107.99
8 ДЕНЬ											
ЗАВТРАК											
	Каша пшеничная молочная жидкая	250	300	277.02	332.43	7.37	8.84	8.87	10.64	41.82	50.18
	Чай с молоком	200	200	89.55	89.55	1.40	1.40	1.60	1.60	17.39	17.39
	Хлеб пшеничный	30	50	14.76	24.6	2.28	3.8	70.5	117.5	0.24	0.4
ИТОГО				644.05	769.91	11.05	22.59	93.02	144.22	91.52	107.99
9 ДЕНЬ											
ЗАВТРАК											
	Масло сливочное	10	10	66	66	0.1	0.1	7.2	7.2	0.1	0.1
	Яйцо вареное	40	40	62.8	62.8	5.08	5.08	4.6	4.6	0.28	0.28
	Кофейный напиток на сгущенном молоке	200	200	131.87	131.87	2.01	2.01	2.39	2.39	25.65	25.65
	Хлеб пшеничный	30	50	14.76	24.6	2.28	3.8	70.5	117.5	0.24	0.4
ИТОГО				644.05	769.91	9.37	22.59	93.02	144.22	91.52	107.99
10 ДЕНЬ											
ЗАВТРАК											
	Каша ячневая молочная вязкая	150	180	180.64	216.76	5.29	6.35	4.88	5.86	28.93	34.72
	Чай с лимоном	200	200	61.62	61.62	0.07	0.07	0.01	0.01	15.31	15.31
	Хлеб пшеничный	30	50	14.76	24.6	2.28	3.8	70.5	117.5	0.24	0.4
ИТОГО				644.05	769.91	7.64	22.59	93.02	144.22	91.52	107.99
11 ДЕНЬ											
ЗАВТРАК											
№ 356	Сыр (порциями)	20	30	21.84	32.76	1.39	2.19	1.77	2.66	0.00	0.00
	Какао с сгущенным молоком	200	200	154.15	154.15	3.78	3.78	3.91	3.91	26.04	26.04
	Хлеб пшеничный	30	50	14.76	24.6	2.28	3.8	70.5	117.5	0.24	0.4
ИТОГО				644.05	769.91	7.45	22.59	93.02	144.22	91.52	107.99
12 ДЕНЬ											
ЗАВТРАК											
	Суп молочный с макаронными изделиями	250	300	195.10	234.12	6.98	5.82	7.65	9.18	24.66	29.6
№ 283	Компот из сухофруктов	200	200	0.56	0.56	0.00	0.00	27.89	27.89	113.79	113.79
	Хлеб пшеничный	30	50	14.76	24.6	2.28	3.8	70.5	117.5	0.24	0.4
ИТОГО				644.05	769.91	9.26	22.59	93.02	144.22	91.52	107.99