

предприниматель
Карабугор
2023 года

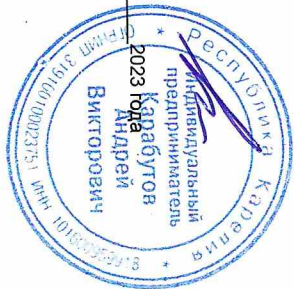
Утверждаю: _____
Директор _____ А.В. Байкиров

**ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ ПРИ ОДНОРАЗОВОМ ПИТАНИИ
УЧАЩИХСЯ МОУ "СУОЯРВСКАЯ СОШ"**
Понедельник

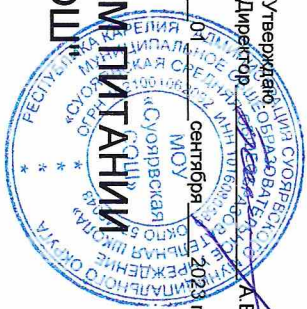
Понедельник
2
2023-2024г.
7-11 лет

№ Техно логиче ской карты	Прием пищи	Расход продуктов на 1 порцию нетто (гр)	Пищевые вещества (г)			Энергет ическая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
	Наименование блюда		Б	Ж	У		В1,2	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe		
ЗАВТРАК																
66	Котлета мясная Мясо свинина Сушари панировочные Хлеб пшеничный Вода Масло растительное	100 74 10 18 24 6	14,5	12,0	12,8	218	0,17	0,05	2,59	3,13	34,77	140,12	27,66	1,43		
149	Соус томатный Бульон или вода Масло сливочное Мука пшеничная Морковь Лук репчатый Сахар-песок Томат-паста	50 45 3,3 2,5 3 1 0,5 5	0,5	2,2	3,0	34	0,02	1	10,62	0,05	2,55	7,08	3,6	0,16		
113	Каша гречневая рассыпчатая Крупа гречневая Масло сливочное Вода	200 83 7 158	9,5	7,7	38,2	264	0,35	1,13	39,33	1,3	70,66	248,06	174,66	5,2		
184	Чай с сахаром Чай Вода Сахар-песок	200/15 1 200 15	0,2	0,0	13,7	53	0	0	0	0	0,4	0	0	0,02		
	Хлеб "Богатырь"	35	2,76	0,46	17,47	76										
	ИТОГО		27,46	22,4	85,17	645	0,54	2,18	52,54	4,48	108,38	395,26	205,92	6,93		

Разработано
ИП Карабутов А.В.
" 01 " сентября



ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ ПРИ ОДНОРАЗОВОМ ПИТАНИИ
УЧАЩИХСЯ МОУ "СУОЯРВСКАЯ СОШ"



ДЕНЬ
НЕДЕЛЯ
СЕЗОН
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ

Среда
2
2023-2024г.
7-11 лет

№ Техно логиче ской карты	Прием пищи	Расход продуктов на 1 порцию нетто (гр)	Пищевые вещества (г)			Энергети ческая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
Наименование блюда	Б	Ж	У	В1,2	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe					

ЗАВТРАК

85	Сосиски отварные	100/5	100	9,9	20,8	0,8	230	0,1	0	14,3	0,55	22,64	122,76	13,18	1,59
	Сосиски		100												
	Масло сливочное	5	5												
137	Макаронны отварные	150/5	53	5,5	4,2	33,4	196	0,09	0	17,7	0,84	9,31	40,57	7,3	0,75
	Макаронны		53												
	Масло сливочное	5	5												
149	Соус томатный	50	50	0,5	2,2	3,0	34	0,02	1	10,62	0,05	2,55	7,08	3,6	0,16
	Бульон или вода	45	45												
	Масло сливочное	3,3	3,3												
	Мука пшеничная	2,5	2,5												
	Морковь	3	3												
	Лук репчатый	1	1												
	Сахар-песок	0,5	0,5												
	Томат-паста	5	5												
184	Чай с сахаром	200/15	1	0,2	0,0	13,7	53	0	0	0	0	0,4	0	0	0,04
	Чай		1												
	Вода	200	200												
	Сахар-песок	15	15												
	Хлеб "Богатырь"	35	35	2,76	0,46	17,47	76								
	ИТОГО			18,86	27,66	68,37	589	0,21	1	42,62	1,44	34,9	170,41	24,08	2,54

Республика Калмыкия
Государственный архив
Председатель

А. В. Баширов

ДЕНЬ НЕДЕЛЯ СЕЗОН ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ	Вторник 1 2023-2024г. 7-11 лет
---	---

№ Техно логиче ской карты	Прием пищи	Расход продукт ов на 1 порцию нетто (гр)	Пищевые вещества (г)			Энергети ческа я ценность (ккал)	Витамины (мг)										Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1,2	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe							
ЗАВТРАК																					
	Наименование блюда		Б	Ж	У		В1,2	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe							
	123 Каша пшенная молоч. Молоко Вода Сахар-песок Масло сливочное	230/6 46 117 77 6 6	8,4	10,3	38,8	282	0,33	0,24	71,15	0,32	144,15	184,49	49,18	1,3							
	2 Бутерброд с маслом/сыром Батон "Умница" Масло сливочное	95 70 7 18	9,7	9,9	30,8	256	0,17	0,05	47,46	1,05	173,31	148,1	28,71	1,3							
	139 Яйцо отварное Соль	40 4	5,08	4,6	0,28	62,8	0,15	0,21	53,2	1,8	37	164	29,7	1,4							
	184 Чай с сахаром Чай Вода Сахар-песок	200/15 1 200 15	0,2	0,0	13,7	53	0	0	0	0	0,4	0	0	0,0							
	Сок фруктовый	200	2,76	0,46	17,47	76															
	ИТОГО		26,14	25,26	101,05	729,8	0,65	0,5	171,81	3,17	354,86	496,59	107,59	4,2							

Разработано
ИП Карабутов А.В.
" 01 " сентября



Утверждаю:
Директор И.В. Бауширова
" 01 " сентября 2023 года



ДЕНЬ
НЕДЕЛЯ
СЕЗОН
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ

Четверг
2
2023-2024г.
7-11 лет

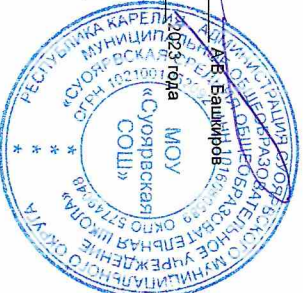
ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ ПРИ ОДНОРАЗОВОМ ПИТАНИИ
УЧАЩИХСЯ МОУ "СУОЯРВСКАЯ СОШ"

№ Техно логиче ской карты	Прием пищи	Расход продуктов на 1 порцию нетто (гр)	Пищевые вещества (г)			Энергети ческа я ценность (ккал)	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)														
			Б	Ж	У		В1,2	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe													
	Наименование блюда																										
ЗАВТРАК																											
65	Жаркое по домашнему	300	24,2	23,6	20,5	392	0,37	5,65	0	4,71	31,4	288	61,6	4,28													
															Свинина		119										
															Картофель молодой до 01.09		180										
															или с 01.09-31.10		180										
															или с 01.11-31.12		180										
															или с 01.01-29.02		180										
															или с 01.03		180										
															Лук репчатый		23										
															Масло растительное		9										
															Томат-паста		4,5										
	Выход гот. овощей	225																									
184	Чай с сахаром	200/15	0,2	0,0	13,7	53	0	0	0	0	0,4	0	0	0,04													
															Чай		1										
															Вода		200										
															Сахар-песок		15										
	Хлеб "Богатырь"	70	5,52	0,92	34,94	152																					
	ИТОГО		29,92	24,52	69,14	597	0,37	5,65	0	4,71	31,8	288	61,6	4,32													

Разработано
ИП Карабутов А.В.
" 01 " сентября 2023 года



Утверждаю:
Директор
" 01 " сентября 2023 года
А.В. Баширов



ДЕНЬ
НЕДЕЛЯ
СЕЗОН
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ

Пятница
2
2023-2024г.
7-11 лет

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ ПРИ ОДНОРАЗОВОМ ПИТАНИИ
УЧАЩИХСЯ МОУ "СУОЯРВСКАЯ СОШ"

№ Техно логиче ской карты	Прием пищи	Расход продуктов на 1 порцию нетто (гр)	Пищевые вещества (г)				Энергет ическая ценность (ккал)	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)			
	Наименование блюда	(гр)	Б	Ж	У			В1,2	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe		
ЗАВТРАК																	
71	Тефтели из свинины	100	12,2	17,3	13,7	259	0,11	0,4	5,02	0	27,08	106,2	21,45	0,92			
	Свинина	62															
	Мука пшеничная	6,5															
	Молоко	20															
	Хлеб пшеничный	13,5															
	Лук репчатый	33															
	Масло растительное	10															
117	Каша рисовая рассыпчатая	200/7	4,6	5,9	42,7	246	0,12	1,13	39,33	0,92	61,81	133,98	68,69	1,36			
	Крупа рисовая	71															
	Масло сливочное	7															
	Вода	150															
149	Соус томатный	40	0,4	1,8	2,4	27	0,02	0,8	8,5	0,04	2,04	5,66	2,88	0,12			
	Вода	36															
	Масло сливочное	2,6															
	Мука пшеничная	2															
	Морковь	2,5															
	Лук репчатый	0,8															
	Сахар-песок	0,4															
	Томат-паста	4															
184	Чай с сахаром	200/15	0,2	0,0	13,7	53	0	0	0	0	0,4	0	0	0,04			
	Чай	1															
	Вода	200															
	Сахар-песок	15															
	Хлеб "Богатырь"	35	2,76	0,46	17,47	76											
	ИТОГО		20,16	25,46	89,97	661	0,25	2,33	52,85	0,96	91,33	245,84	93,02	2,44			

Разработано
ИП Карабуглов А.В.
" 01 " сентября 2023 года

Утверждаю:
Директор _____
ИП Карабуглов А.В. Баушкин

" 01 " сентября 2023 года

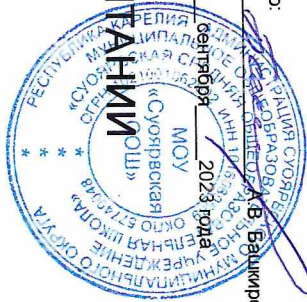
ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ ПРИ ОДНОРАЗОВОМ ПИТАНИИ
УЧАЩИХСЯ МОУ "СУОЯРВСКАЯ СОШ"

Понедельник

ДЕНЬ
НЕДЕЛЯ

СЕЗОН
2023-2024г.

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ
7-11 лет



№ Техно логи ческой карты	Прием пищи	Расход продуктов на 1 порцию	Пищевые вещества (г)			Энергети ческая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)					
			Б	Ж	У		В1,2	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe			
	Наименование блюда	нетто (гр)															
ЗАВТРАК																	
85	Сосиски отварные	100/5	100	9,9	20,8	0,8	230	0,1	0	14,3	0,55	22,64	122,76	13,18	1,59		
	Сосиски	5															
137	Макаронны отварные	150/5	53	5,5	4,2	33,4	196	0,09	0	17,7	0,84	9,31	40,57	7,3	0,75		
	Макаронны	5															
149	Соус томатный	50	50	0,5	2,2	3,0	34	0,02	1	10,62	0,05	2,55	7,08	3,6	0,16		
	Бульон или вода	45															
	Масло сливочное	3,3															
	Мука пшеничная	2,5															
	Морковь	3															
	Лук репчатый	1															
	Сахар-песок	0,5															
	Томат-паста	5															
184	Чай с сахаром	200/15	1	0,2	0,0	13,7	53	0	0	0	0	0,4	0	0	0,04		
	Чай	200															
	Вода	15															
	Сахар-песок	35		2,76	0,46	17,47	76										
	Хлеб "Богатырь"																
	ИТОГО			18,86	27,66	68,37	589	0,21	1	42,62	1,44	34,9	170,41	24,08	2,54		



Разработано
ИП Карабугтов А.В.

2023 года

01 сентября

Индивидуальный
предприниматель
Карабугтов
Андрей
Викторович

Утверждаю:
Директор
А.В. Башкиров

2023 года

01 сентября

Вторник

1

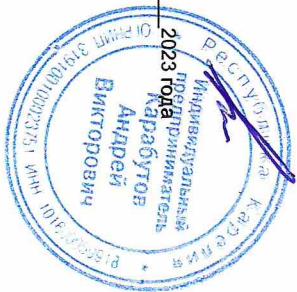
ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ ПРИ ОДНОРАЗОВОМ ПИТАНИИ
УЧАЩИХСЯ МОУ "СУОЯРВСКАЯ СОШ"



ДЕНЬ
НЕДЕЛЯ
СЕЗОН
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ

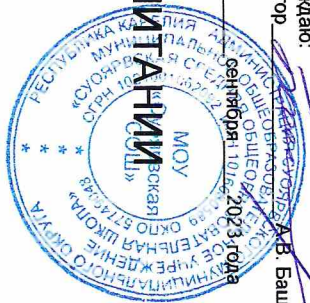
2023-2024г.
7-11 лет

№ Техно логи ческой карты	Прием пищи	Расход продуктов на 1 порцию нетто (гр)	Пищевые вещества (г)				Энергети ческая ценность (ккал)	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)					
			Б	Ж	У			В1,2	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe					
	Наименование блюда	(гр)																		
ЗАВТРАК																				
66	Котлета мясная	100	14,5	12,0	12,8	218	0,17	0,05	2,59	3,13	34,77	140,12	27,66	1,43						
	Мясо свинина	74																		
	Сухари панировочные	10																		
	Хлеб пшеничный	18																		
	Вода	24																		
	Масло растительное	6																		
94	Пюре картофельное	200	4,1	6,6	26,9	186	0,3	13,92	30,18	0,27	47,56	111,44	38,07	1,39						
	Картофель	171																		
	Масло сливочное	7																		
	Молоко кипяченое	30																		
184	Чай с сахаром	200/15	0,2	0,0	13,7	53	0	0	0	0	0,4	0	0	0,04						
	Чай	1																		
	Вода	200																		
	Сахар-песок	15																		
	Хлеб "Богатырь "	35	2,76	0,46	17,47	76														
	ИТОГО		21,56	19,06	70,87	533	0,47	13,97	32,77	3,4	82,73	251,56	65,73	2,86						



Разработано
ИП Карабугтов А.В.
" 01 " сентября 2023 года

Утверждаю:
Директор
" 01 " сентября 2023 года



ДЕНЬ
НЕДЕЛЯ
СЕЗОН
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ

Среда
1
2023-2024г.
7-11 лет

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ ПРИ ОДНОРАЗОВОМ ПИТАНИИ
УЧАЩИХСЯ МОУ "СУОДРЬВСКАЯ СОШ"

№ Техно логи ческой карты	Прием пищи	Расход продуктов на 1 порцию нетто (гр)	Пищевые вещества (г)			Энергети ческая ценность (ккал)	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1,2	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe		
	Наименование блюда	нетто (гр)	Б	Ж	У		В1,2	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe		
ЗАВТРАК																
121	Каша рисовая Молоко Вода Сахар-песок Масло сливочное	250/8		6,3	10,2	37,9	269	0,24	0,27	78,83	0,35	152,51	153,4	33,93	0,52	
2	Бутерброд с маслом/сыром Хлеб пшеничный Масло сливочное сыр			9,7	9,9	30,8	256	0,17	0,05	47,46	1,05	173,31	148,1	28,71	1,34	
139	Яйцо отварное Соль	40 4		5,08	4,6	0,28	62,8	0,15	0,21	53,2	1,8	37	164	29,7	1,6	
184	Чай с сахаром Чай Вода Сахар-песок	200/15		0,2	0,0	13,7	53	0	0	0	0	0,4	0	0	0,04	
	ИТОГО			21,28	24,7	82,68	640,8	0,56	0,53	179,49	3,2	363,22	466,5	92,34	3,5	

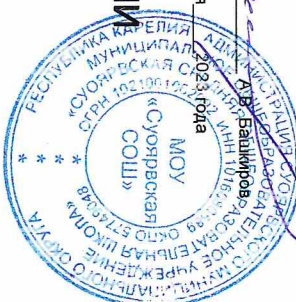
Разработано
ИПТ Карабуртов А.В.
" 01 " сентября 2023 года

ДЕНЬ
НЕДЕЛЯ
СЕЗОН
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ



Четверг
1
2023-2024г.
7-11 лет

Утверждаю:
Директор
" 01 " сентября 2023 года



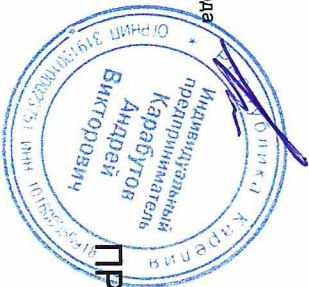
ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ ПРИ ОДНОРАЗОВОМ ПИТАНИИ
УЧАЩИХСЯ МОУ "СООЗПЕНСКАЯ СОЛ"

№ Техно логиче ской карты	Прием пищи	Расход продукт ов на 1 порцию нетто (гр)	Пищевые вещества (г)			Энергет ическая ценность (ккал)	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1,2	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe		

ЗАВТРАК

71	Тестерли из свинины	100	12,2	17,3	13,7	259	0,11	0,4	5,02	0	27,08	106,2	21,45	0,92		
	Свинина	62														
	Мука пшеничная	6,5														
	Молоко	20														
	Хлеб пшеничный	13,5														
	Лук репчатый	33														
	Масло растительное	10														
149	Соус томатный	40	0,4	1,8	2,4	27	0,02	0,8	8,5	0,04	2,04	5,66	2,88	0,12		
	Вода	36														
	Масло сливочное	2,6														
	Мука пшеничная	2														
	Морковь	2,5														
	Лук репчатый	0,8														
	Сахар-песок	0,4														
	Томат-паста	4														
113	Каша гречневая рассыпчатая	200	9,5	7,7	38,2	264	0,35	1,13	39,33	1,3	70,66	248,06	174,56	5,3		
	Крупа гречневая	83														
	Масло сливочное	7														
	Вода	158														
184	Чай с сахаром	200/15	0,2	0,0	13,7	53	0	0	0	0	0,4	0	0	0,04		
	Чай	1														
	Вода	200														
	Сахар-песок	15														
	Хлеб "Богатырь"	35	2,76	0,46	17,47	76										
	ИТОГО		25,06	27,26	85,47	679	0,48	2,33	52,85	1,34	100,18	359,92	198,99	6,38		

Разработано
ИП Карabutов А.В.
" 01 " сентября 2023 года



Утверждаю:
Директор
" 01 " сентября 2023 года
А.В. Баширов



ДЕНЬ
НЕДЕЛЯ
СЕЗОН
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ ПРИ ОДНОРАЗОВОМ
УЧАЩИХСЯ МОУ "СУОАРВСКАЯ СОЛ" ПИТАНИИ
Пятница
1
2023-2024г.
7-11 лет

№ Техно логиче ской карты	Прием пищи	Расход продуктов на 1 порцию нетто (гр)	Пищевые вещества (г)			Энергети ческая Ценность (ккал)	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)			
							В1,2	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe			
	Наименование блюда	нетто (гр)	Б	Ж	У		В1,2	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe			
ЗАВТРАК																	
66	Биточки мясные		100	14,5	12,0	12,8	218	0,17	0,05	2,59	3,13	34,77	140,12	27,66	1,43		
			74														
			10														
			18														
			24														
	Вода		6														
137	Макароны отварные	150/5		5,5	4,2	33,4	196	0,09	0	17,7	0,84	9,31	40,57	7,3	0,75		
			53														
149	Соус томатный		40	0,4	1,8	2,4	27	0,02	0,8	8,5	0,04	2,04	5,66	2,88	0,12		
		Вода		36													
		Масло сливочное		2,6													
		Мука пшеничная		2													
		Морковь		2,5													
		Лук репчатый		0,8													
		Сахар-песок		0,4													
	Томат-паста		4														
184	Чай с сахаром	200/15		0,2	0,0	13,7	53	0	0	0	0	0,4	0	0	0,04		
		Чай		1													
		Вода		200													
	Сахар-песок		15														
	Хлеб "Богатырь"		35	2,76	0,46	17,47	76										
	ИТОГО			23,36	18,46	79,77	570	0,28	0,85	28,79	4,01	46,52	186,35	37,84	2,34		