



 Утверждаю:

 Директор МБОУ Тээлинская СОШ

 им. В.Б. Кара-Сала

 Серен-Пунит А.О.

 «16» октября 2023 г.

Меню требование на 16 октября 2023 г. Понедельник

№	Наименование продуктов (завтрак)	Выход одного блюда в граммах	Цена (р)	Белки	Жиры	Углеводы	Калорий
1	Каша гречневая	200	35	1,88	2,74	14,58	90,75
2	Снежок	200	15	0,238	0,098	13,364	59,792
3	Банан	12	15	0,8	0,2	7,5	38
4	Сыр порционный	15	10	3,9	3,915		50,835
	Итого		75				

№	Наименование продуктов (Обед)	Выход одного блюда в граммах	Цена (р)	Белки	Жиры	Углеводы	Калорий
1	Суп домашний	200	25	6,7	0,4	17,4	200
2	Каша гречневая	200	35	1,88	2,74	14,58	90,75
3	Снежок	200	15	0,238	0,098	13,364	59,792
4	Банан	12	15	2,75	0,95	38,85	158,6
5	хлеб	25	2	4	0,4	24,5	112,5
6	Сыр порц.	15гр	8	3,9	3,915		50,835
	Итого		100				

Повар: Уртунай / Уртунай Ч.Х/
 Фельдшер школы: Хертек / Хертек У.В/

Утверждаю _____
 Директор МБОУ Тээлинская СОШ
 им. В.Б. Кара-Сала
 Серен Чимит А.О.
 «17» октября 2023 г.

Меню требование на 17 октября 2023 г. Вторник

№	Наименование продуктов (завтрак)	Выход одного блюда в граммах	Цена (р)	Белки	Жиры	Углеводы	Калорий
1	Окорочка тушенная с рожками	200	35	16,942	9,763	1,173	145,564
2	Хлеб	25	2	4	0,4	24,5	112,5
3	Творог сметаной со	12гр	15	2,75	0,95	38,85	158,6
	Напиток щиповника	200	15	0,456	0,152	20,106	89,09
	Итого		67				

№	Наименование продуктов (Обед)	Выход одного блюда в граммах	Цена (р)	Белки	Жиры	Углеводы	Калорий
1	Щи	200	35	2,27	2,51	4,19	176,62
2	Окорочка тушенная с рожками	200	40	2,47	2,79	33,74	197,21
3	Хлеб	25	2	4	0,4	24,5	112,5
4	Творог сметаной со	200	15	2,75	0,93	38,85	158,6
5	Напиток щиповника	200	15	0,456	0,152	20,106	89,09
6							
	Итого		107				

Повар: Уртунай / Уртунай Ч.Х/

Фельдшер школы: Хертэк / Хертэк У.В/



 Утверждаю _____

 Директор МБОУ Тээлинская СОШ

 им. В.Б. Кара-Сала

 Серен Чимит А.О.

«18» октября 2023 г.

Меню требование на 18 октября 2023 г. Среда

№	Наименование продуктов (завтрак)	Выход одного блюда в граммах	Цена (р)	Белки	Жиры	Углеводы	Калорий
1	Жаркое	200	40	28,408	19,525	23,038	387,13
2	Чай с молоком	200	15	5,8	5	8	106
3	Хлеб	25	2	4	0,4	24,5	112,5
4	мандарины	150	15	2,75	0,95	38,85	158,6
5	Помидоры порц	12	8	0,275	0,05	0,95	6
	Итого		80				

№	Наименование продуктов (Обед)	Выход одного блюда в граммах	Цена (р)	Белки	Жиры	Углеводы	Калорий
1	Суп молочная с рожками	200	35	9,8	11,5	14,8	175,24
2	Жаркое	200	40	28,408	19,525	23,038	387,13
3	Чай с молоком	200	15	5,8	5	8	106
4	Мандарины	150	15	2,75	0,95	38,85	158,6
5	Хлеб	25	2	4	0,4	24,5	112,5
6	Помидоры порц	12	8	0,275	0,05	0,95	6
	Итого		100				

Повар: Уртунай / Уртунай Ч.Х/

Фельдшер школы: Хуртеев /Хуртек У.В/



Меню требование на 19 октября 2023 г. Четверг

№	Наименование продуктов (завтрак)	Выход одного блюда в граммах	Цена (р)	Белки	Жиры	Углеводы	Калорий
1	Рыбная котлета с рисом	180	40	15,5	3	4	104,2
2	Компот	200	15	0,68	0,28	14,53	76,75
3	Хлеб	25	2	4	0,4	24,5	112,5
4	Огурец порц	28	12	0,25	0,025	0,75	4
5	Печенье	15	8	0,075		12	48,6
	Итого		77				

№	Наименование продуктов (Обед)	Выход одного блюда в граммах	Цена (р)	Белки	Жиры	Углеводы	Калорий
1	Борщ	200	35	4,45	6,23	4,8	168,53
2	Рыбная котлета с рисом	180	40	15,5	3	4	104,2
3	Компот	200	15	0,68	0,28	14,53	76,75
4	Огурец порц	28	12	0,25	0,025	0,75	4
5	Хлеб	25	2	4	0,4	24,5	112,5
6	Печенье	15	8	0,075		12	48,6
	Итого		100				

Повар: *Уртунай* / Уртунай Ч.Х/

Фельдшер школы *Хертек* /Хертек У.В/



Меню требование на 20 октября 2023 г. Пятница

№	Наименование продуктов (завтрак)	Выход одного блюда в граммах	Цена (р)	Белки	Жиры	Углеводы	Калорий
1	Каша пшеничная	200	40	10,129	10,128	41,708	300,135
2	Чай с лимонном	200	15	3,88	3,1	10,198	81,51
3	Хлеб	25	2	4	0,4	24,5	112,5
4	Шоколад	25гр	8	0,075		12	48,6
5	Сыр порц	15	8	3,9	3,915		50,835
	Итого		73				

№	Наименование продуктов (Обед)	Выход одного блюда в граммах	Цена (р)	Белки	Жиры	Углеводы	Калорий
1	Суп с рисом	180	35	20,35	17,56	25,65	160,2
2	Каша пшеничная	200	40	10,129	10,128	41,708	300,135
3	Хлеб	25	2	4	0,4	24,5	112,5
4	Шоколад	25гр	8	0,075		12	48,6
5	Сыр порц	15	8	3,9	3,915		50,835
	Итого		93				

Повар: Уртунай / Уртунай Ч.Х/

Фельдшер школы: Хертек /Хертек У.В/

Утверждаю
 Директор МБОУ Тээлинская СОШ
 им. В.Б.Кара-Сала
 Серен-Чимит А.О.
 «21» октября 2023 г.

Меню требование на 21 октября 2023 г. Суббота

№	Наименование продуктов (завтрак)	Выход одного блюда в граммах	Цена (р)	Белки	Жиры	Углеводы	Калорий
1	Плов	200	40	21,09	21,626	32,852	416,6
2	Чай с сахаром	200	15	3,88	3,1	10,198	81,51
3	Хлеб	25	2	4	0,4	24,5	112,5
4	Яйцо в крут.	25гр	8				
5							
	Итого		65				

№	Наименование продуктов (Обед)	Выход одного блюда в граммах	Цена (р)	Белки	Жиры	Углеводы	Калорий
1	Суп гороховый	180	35	13,5	14,85	18,65	195,25
2	Плов	200	40	21,09	21,626	32,852	416,6
3	Хлеб	25	2	4	0,4	24,5	112,5
4	Яйцо в крут.	25гр	8				
5	Чай с сахаром	200	15	3,88	3,1	10,198	81,51
	Итого		100				

Повар: Уртунай / Уртунай Ч.Х/

Фельдшер школы: Хертэк /Хертэк У.В/