

Утверждаю

Директор МБОУ Тээлинская СОШ
им. В.Б. Кара-Сала
Серен-Чимит А.О.

«2» октября 2023 г.

Меню требование на 2 октября 2023 г. Понедельник

№	Наименование продуктов (завтрак)	Выход одного блюда в граммах	Цена (р)	Белки	Жиры	Углеводы	Калорий
1	Каша манная	200	35	1,8	1,3	5,3	70
2	Чай с сахаром	200	15	3,88	3,1	10,198	85,51
3	Мандарины	120	16	0,8	0,2	7,5	38
4	Хлеб	25	2	2,16	0,52	16,5	79,5
	Итого		68				

№	Наименование продуктов (Обед)	Выход одного блюда в граммах	Цена (р)	Белки	Жиры	Углеводы	Калорий
1	Щи	200	35	17,96	21,49	35,45	285,12
2	Каша манная,	200	35	1,88	1,3	5,3	70
3	Чай с сахаром	200	15	3,88	3,1	10,198	85,51
4	Яблоки	120	16	0,8	0,2	7,5	38
5	хлеб	25	2	2,16	0,52	16,5	79,5
6							
	Итого		103				

Повар: Уртунай Ч.Х. / Уртунай Ч.Х./

Фельдшер школы: Хертек У.В. /Хертек У.В./

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

Меню требование на 3 октября 2023 г. Вторник

№	Наименование продуктов (завтрак)	Выход одного блюда в граммах	Цена (р)	Белки	Жиры	Углеводы	Калорий
1	Плов	200	40	21,09	21,626	33,852	410,6
2	Хлеб	25	2	1,65	0,4	8,35	43,5
3	Морс	200	15	0,68	0,28	14,65	76,75
	Яблоки	150	15	0,5	0,5	16	33
	Итого		72				

№	Наименование продуктов (Обед)	Выход одного блюда в граммах	Цена (р)	Белки	Жиры	Углеводы	Калорий
1	Суп домашний	200	35	20,9	13,8	28,4	405,54
2	Плов	200	40	21,09	21,626	32,852	410,6
3	Хлеб	25	2	1,65	0,4	8,35	13,5
4	Морс	200	15	0,68	0,28	14,65	76,75
5	Яблоки	150	15	0,5	0,5	16	33
6							
	Итого		92				

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


 Утверждаю
 Тээлинская СОШ
 Директор МБОУ Тээлинская СОШ
 им.В.Б.Кара-Сала
 Серен-Чимит А.О.

«4» октября 2023 г.

Меню требование на 4 октября 2023 г. Среда

№	Наименование продуктов (завтрак)	Выход одного блюда в граммах	Цена (р)	Белки	Жиры	Углеводы	Калорий
1	Бигус	200	40	28,408	19,525	23,038	277,21
2	Сок натуральный	200	15	0,08	0,01	10,99	56,85
3	Хлеб	25	2	2,75	0,95	38,85	78,5
4	Печенье	150	15	0,075	0,06	12	58,6
	Итого		72				

№	Наименование продуктов (Обед)	Выход одного блюда в граммах	Цена (р)	Белки	Жиры	Углеводы	Калорий
1	Суп с рисом	200	35	20,35	16,56	25,65	260,2
2	Бигус	200	40	28,408	19,525	23,038	277,21
3	Сок натуральный	200	15	0,08	0,01	10,99	56,85
4	Печенье	150	15	0,075	0,06	12	58,6
5	Хлеб	25	2	2,75	0,95	38,85	78,5
	Итого		107				

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.
«5» октября 2023 г.

Меню требование на 5 октября 2023 г. Четверг

№	Наименование продуктов (завтрак)	Выход одного блюда в граммах	Цена (р)	Белки	Жиры	Углеводы	Калорий
1	Рыбная котлета с гречкой	180	40	15,02	24,597	21,101	396,21
2	КАКАО	200	15			9,983	39,912
3	Хлеб	25	2	2,28	0,84	15,42	78,5
4	ЯБЛОКИ	150	15	0,5	0,5	16	33
	Итого		72				

№	Наименование продуктов (Обед)	Выход одного блюда в граммах	Цена (р)	Белки	Жиры	Углеводы	Калорий
1	Борщ	200	35	19,6	14,6	16,94	223,56
2	Рыба, тушенная с рожками	180	40	15,02	24,597	21,101	396,21
3	Какао	200	15			9,983	39,912
4	Яблоки	150	15	0,5	0,5	16	33
5	Хлеб	25	2	2,28	0,84	15,42	78,5
	Итого		107				

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.
 «6» октября 2023 г.

Меню требование на 6 октября 2023 г. Пятница

№	Наименование продуктов (завтрак)	Выход одного блюда в граммах	Цена (р)	Белки	Жиры	Углеводы	Калорий
1	Котлета с рожками	180	40	11,91	17,316	9,503	241,502
2	Компот	200	15	0,68	0,28	13,65	76,75
3	Хлеб	25	2	2,28	0,4	24,5	112,5
4	Сыр порц	5гр	12	3,9	3,915		50,835
5	Шоколад	15	5	0,075		12	48,6
	Итого		74				

№	Наименование продуктов (Обед)	Выход одного блюда в граммах	Цена (р)	Белки	Жиры	Углеводы	Калорий
1	Суп молочная с ячкой	180	35	1,85	2,68	15,67	90,45
2	Котлета с рожками	180	40	11,91	17,316	9,503	241,502
3	Компот	200	15	0,68	0,28	14,65	76,75
4	Хлеб	25	2	2,28	0,4	24,5	112,5
5	Сыр порц	35гр	12	3,9	3,915		50,835
6	Шоколад	15	5	0,075		12	48,6
	Итого		109				

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