

Утверждаю

Директор МБОУ Тээлинская СОШ

им. В.Б.Кара-Сала

Серен-Чимит А.О.

«23» октября 2023 г.

Меню требование на 23 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	Яблоко	150	15	0,5	0,5	16	33
4	Хлеб	25	2	2,16	0,52	16,5	79,5
	Итого		67				

№	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	Яблоко	150	15	0,5	0,5	16	33
5	хлеб	25	2	2,16	0,52	16,5	79,5
	Итого		102				

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.
 «24» октября 2023 г.

Меню требование на 24 октября 2023 г. Вторник

№	Наименование продуктов (завтрак)	Выход одного блюда в граммах	Цена (р)	Белки	Жиры	Углеводы	Калорий
1	Бигус	200	40	21,09	21,626	33,852	410,6
2	Хлеб	25	2	1,65	0,4	8,35	43,5
3	Сок натуральный	200	15	0,63	0,007	5,203	22,342
4	Печенье	40	8	5,265	5,69	30,012	192,228
	Итого		65				

№	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	Бигус	200	40	21,09	21,626	32,852	410,6
3	Хлеб	25	2	1,65	0,4	8,35	13,5
4	Сок натуральный	200	15	0,68	0,28	14,65	76,75
5	Печенье	40	8	5,265	5,69	30,012	192,228
6							
	Итого		100				

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

Утверждаю

Директор МБОУ Тээлинская СОШ

им. В.Б.Кара-Сала

Серен-Чимит А.О.

«25» октября 2023 г.

Меню требование на 25 октября 2023 г. Среда

№	Наименование продуктов (завтрак)	Выход одного блюда в граммах	Цена (р)	Белки	Жиры	Углеводы	Калорий
1	Плов	200	40	28,408	19,525	23,038	277,21
2	Чай с лимоном	200	15	0,08	0,01	10,99	56,85
3	Хлеб	25	2	2,75	0,95	38,85	78,5
4	Яйцо кругл.	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 рожками	200	35	9,8	11,5	14,8	175,24
2	Плов	200	40	28,408	19,525	23,038	277,21
3	Чай с лимоном	200	15	0,08	0,01	10,99	56,85
4	Яйцо кругл.	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: Хертэк /Хертэк У.В/

Утверждаю

Директор МБОУ Тээлинская СОШ

им. В.Б. Кара-Сала

Серен-Чимит А.О.

«26» октября 2023 г.

Меню требование на 26 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	0,063	0,007	5,203	22,342
3	Хлеб	25	2	2,28	0,84	15,42	78,5
4	Ряженка	130	15	0,52	0,52	12,74	61,1
	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	0,063	0,007	5,203	22,342
4	Ряженка	130	15	0,52	0,52	12,74	61,1
5	Хлеб	25	2	2,28	0,84	15,42	78,5
	Итого		107				

Повар: Уртунай Ч.Х / Уртунай Ч.Х/

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

Утверждаю 

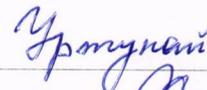
Директор МБОУ Тээлинская СОШ
им.В.Б.Кара-Сала
Серен-Чимит А.О.
«27» октября 2023 г.



Меню требование на 27 октября 2023 г. Пятница

№	Наименование продуктов (завтрак)	Выход одного блюда в граммах	Цена (р)	Белки	Жиры	Углеводы	Калорий
1	Тефтели рожками с	180	40	11,91	17,316	9,503	241,502
2	Напиток шиповника	200	15	0,456	0,152	20,106	85,09
3	Хлеб	25	2	2,28	0,4	24,5	112,5
4	Шоколад	15	8	0,075		12	48,6
	Итого		65				

№	Наименование продуктов (Обед)	Выход одного блюда в граммах	Цена (р)	Белки	Жиры	Углеводы	Калорий
1	Суп гороховая	180	35	13,5	14,85	18,65	195,25
2	Тефтели рожками с	180	40	11,91	17,316	9,503	241,502
3	Напиток шиповника	200	15	0,456	0,152	20,106	85,09
4	Хлеб	25	2	2,28	0,4	24,5	112,5
5	Шоколад	15	8	0,075		12	48,6
	Итого		100				

Повар:  / Уртунай Ч.Х/

Фельдшер школы:  Хертек У.В/