

Утверждаю

Директор *Александр Е.В. Хамуева*

Меню по возрастам ГБОУ «Турунтаевская СКОШИ» 02.09.2024г



| № тех кар ты | Наименован не блюда | Масса порции | Белки, гр | Жиры, гр | Углеводы, гр | ЭЦ | Цена |
|--------------------------------------|-----------------------------|--------------|-----------|----------|--------------|---------------|------|
| Завтрак 12лет и старше | | | | | | | |
| 205 | Каша манная молочная жидкая | 220 | 6,8 | 12,2 | 33,4 | 273 | |
| 306 | Какао с молоком | 200 | 3,6 | 3,3 | 13,7 | 100 | |
| 1.4 | Сыр порциями | 30 | 7,9 | 8,0 | 0,0 | 105 | |
| 1.5 | Хлеб 1с | 50 | 3,95 | 0,5 | 24,15 | 123 | |
| | ИТОГО | | | | | 601 | |
| Второй завтрак 12лет и старше | | | | | | | |
| пр | банан | 150 | 2,3 | 0,8 | 31,5 | 141,8 | |
| Обед 12лет и старше | | | | | | | |
| 17 | Салат из моркови | 60 | 0,7 | 5,9 | 5,3 | 79 | |
| 63 | Суп картофельный с крупой | 250 | 2,6 | 2,6 | 19,3 | 117 | |
| 125 | Овощи тушеные с мясом | 245 | 21,4 | 25,7 | 21,5 | 409 | |
| 320 | Напиток яблочный | 200 | 0,1 | 0,1 | 24,0 | 94 | |
| 1.6 | Хлеб 2с | 80 | 5,28 | 0,96 | 26,72 | 154,4 | |
| | ИТОГО | | | | | 853,4 | |
| Полдник | | | | | | | |
| пр | сок | 200 | 0,0 | 0,0 | 22,0 | 88 | |
| 295 | Корж молочный | 70 | 4,9 | 8,0 | 46,1 | 277 | |
| | ИТОГО | | | | | 365 | |
| Ужин | | | | | | | |
| 146 | Картофельное пюре | 150 | 3,08 | 4,8 | 20,0 | 141 | |
| 109 | Тефтели из говядины | 70/30 | 10,9 | 8,7 | 9,5 | 163 | |
| 300 | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,0 | 9,1 | 36 | |
| 1.5 | Хлеб 1с | 50 | 3,95 | 0,5 | 24,15 | 123 | |
| | ИТОГО | | | | | 463 | |
| Второй ужин | | | | | | | |
| пр | яблоко | 150 | 0,6 | 0,6 | 14,7 | 66,6 | |
| | ИТОГО | | | | | 2490,8 | |

Шеф –повар: Усышнина Т.В.

Утверждаю

Директор *Васильев В.В.* Хамуева.



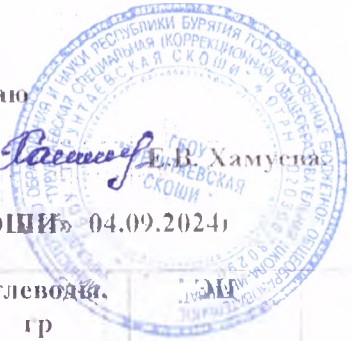
Меню по возрастам ГБОУ «Турунтаевская СКОШИ» 03.09.2024г

| № тех карты | Наименование блюда | Масса порции | Белки, гр | Жиры, гр | Углеводы, гр | ЭЦ | Цена |
|--------------------------------------|--------------------------------------|--------------|-----------|----------|--------------|--------|------|
| Завтрак 12лет и старше | | | | | | | |
| 78 | Суп молочный с макаронными изделиями | 250 | 5,5 | 52,2 | 19,9 | 150 | |
| 301 | Чай с молоком и сахаром | 200 | 1,6 | 1,5 | 11,3 | 62 | |
| 1.3 | Масло сливочное порциями | 10 | 0,0 | 8,3 | 0,1 | 75 | |
| 1.5 | Хлеб 1с | 50 | 3,95 | 0,5 | 24,15 | 123 | |
| | ИТОГО | | | | | 410 | |
| Второй завтрак 12лет и старше | | | | | | | |
| пр | груша | 150 | 0,6 | 0,5 | 15,5 | 68,3 | |
| Обед 12лет и старше | | | | | | | |
| 2.6 | Салат из соленых огурцов с луком | 60 | 0,5 | 3,0 | 1,5 | 37 | |
| 64 | Суп картофельный с клецками | 250 | 2,6 | 2,7 | 15,8 | 102 | |
| 119 | Плов из говядины | 250 | 26,1 | 25,2 | 42,2 | 509 | |
| 310 | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,5 | 0,1 | 30,9 | 123 | |
| 1.6 | Хлеб 2с | 80 | 5,28 | 0,96 | 26,72 | 154,4 | |
| | ИТОГО | | | | | 925,4 | |
| Полдник | | | | | | | |
| 299 | Молоко кипяченое | 200 | 5,7 | 5,9 | 9,0 | 111 | |
| 289 | Булочка сдобная | 100 | 7,8 | 8,5 | 52,4 | 322 | |
| | ИТОГО | | | | | 433 | |
| Ужин | | | | | | | |
| 227 | Макаронные изделия отварные | 160/5 | 5,8 | 3,9 | 35,5 | 207 | |
| 99 | Котлета из говядины | 100/20 | 11,1 | 11,5 | 14,8 | 210 | |
| 302 | Чай с лимоном | 200 | 0,2 | 0,0 | 9,3 | 38 | |
| 1.5 | Хлеб 1с | 50 | 3,95 | 0,5 | 24,15 | 123 | |
| | ИТОГО | | | | | 578 | |
| Второй ужин | | | | | | | |
| пр | мандарины | 140 | 1,1 | 0,3 | 10,5 | 49 | |
| | ИТОГО | | | | | 2463,7 | |

Шеф –повар: Усманова Т.В.

Утверждаю

Директор *Пасмуров* Е.В. Хамусина



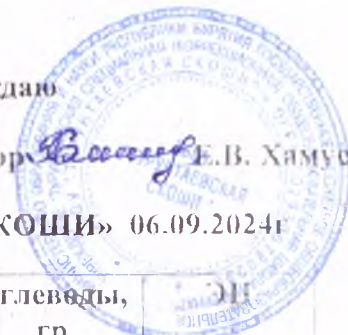
Меню по возрастам ГБОУ «Турунтаевская СКОШИ» 04.09.2024г

| № тех карты | Наименование блюда | Масса порции | Белки, гр | Жиры, гр | Углеводы, гр | ЭМ | Цена |
|--------------------------------------|--------------------------------|--------------|-----------|----------|--------------|----|--------------|
| Завтрак 12лет и старше | | | | | | | |
| 208 | Каша пшеничная молочная жидкая | 220 | 8,0 | 13,2 | 36,7 | | 301 |
| 306 | Какао с молоком | 200 | 3,6 | 3,3 | 13,7 | | 100 |
| 1.3 | Масло слив. порция | 10 | 0,1 | 8,3 | 0,1 | | 75 |
| 1.5 | Хлеб 1с | 50 | 3,95 | 0,5 | 24,15 | | 123 |
| | ИТОГО | | | | | | 599 |
| Второй завтрак 12лет и старше | | | | | | | |
| пр | мандарины | 100 | 0,8 | 0,2 | 7,5 | | 35 |
| Обед 12лет и старше | | | | | | | |
| 65 | Суп картофельный с бобовыми | 250 | 7,3 | 5,0 | 33,0 | | 223 |
| 2.4 | Салат из морской капусты | 60 | 0,6 | 0,1 | 0,2 | | 4 |
| 144 | Картофель отварной с маслом | 180/5 | 3,5 | 4,8 | 27,1 | | 174 |
| 126 | Голубцы ленивые | 70 | 6,0 | 5,2 | 6,2 | | 98 |
| 1.6 | Хлеб 2с | 80 | 5,28 | 0,96 | 26,72 | | 154,4 |
| 311 | Компот из свежих плодов | 200 | 0,2 | 0,1 | 17,2 | | 70 |
| | ИТОГО | | | | | | 723,4 |
| Полдник | | | | | | | |
| пр | сок | 200 | 0,0 | 0,0 | 22,0 | | 88 |
| 292 | Булочка алтайка | 50 | 4,0 | 2,0 | 23,8 | | 134 |
| | ИТОГО | | | | | | 222 |
| Ужин | | | | | | | |
| 98 | Жаркое домашнему | 300 | 29,9 | 30,2 | 27,1 | | 508 |
| 300 | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,0 | 9,1 | | 36 |
| пр | вафли | 40 | 1,6 | 12,0 | 24,4 | | 212 |
| 1.5 | Хлеб 1с | 50 | 3,95 | 0,5 | 24,15 | | 123 |
| | ИТОГО | | | | | | 879 |
| Второй ужин | | | | | | | |
| пр | яблоко | 150 | 0,6 | 0,6 | 14,7 | | 66,6 |
| | ИТОГО | | | | | | 2525 |

Шеф –повар: Усынина Т.В.

Утверждаю

Директор *Васильева Е.В.* Хамуева



Меню по возрастам ГБОУ «Турунтаевская СКОШИ» 06.09.2024г

| № тех кар ты | Наименован ие блюда | Масса порции | Белки, гр | Жиры, гр | Углеводы, гр | ЭП | Цена |
|--------------------------------------|---------------------------------------|--------------|-----------|----------|--------------|---------------|------|
| Завтрак 12лет и старше | | | | | | | |
| 206 | Каша овсяная молочная жидкая | 220 | 8,5 | 14,4 | 35,3 | 312 | |
| 306 | Какао с молоком | 200 | 3,6 | 3,3 | 13,7 | 100 | |
| 4 | Бутерброд с повидлом | 20/10/30 | 2,4 | 7,5 | 31,0 | 202 | |
| 1.5 | Хлеб 1с | 50 | 3,95 | 0,5 | 24,15 | 123 | |
| | ИТОГО | | | | | 737 | |
| Второй завтрак 12лет и старше | | | | | | | |
| пр | мандарин | 140 | 1,1 | 0,3 | 10,5 | 49 | |
| Обед 12лет и старше | | | | | | | |
| 25 | Салат из свеклы с растительным маслом | 60 | 0,8 | 4,9 | 3,8 | 65 | |
| 55 | Суп щи из свежей капусты с картофелем | 250 | 2,0 | 6,2 | 8,8 | 103 | |
| пр | позы | 130 | 15,6 | 39,0 | 49,4 | 611 | |
| 303 | Чай из сухой смеси с витаминами | 200 | 0,2 | 0,0 | 8,5 | 34 | |
| 1.6 | Хлеб 2с | 80 | 5,28 | 0,96 | 26,72 | 154,4 | |
| | ИТОГО | | | | | 967,4 | |
| Полдник | | | | | | | |
| пр | Сок | 200 | 0,0 | 0,0 | 22,0 | 88 | |
| пр | сдоба | 75 | 9,48 | 1,83 | 46,58 | 245 | |
| | ИТОГО | | | | | 333 | |
| | ИТОГО | | | | | 2086,4 | |

Шеф –повар: Усольцева Т.В.

Утверждаю

Директор *В. Хамусова*



Меню по возрастам ГБОУ «Турунтаевская СКОШИ» 09.09.2024г

| № тех карты | Наименование блюда | Масса порции | Белки, гр | Жиры, гр | Углеводы, гр | ЭШ | Цена |
|--------------------------------------|-----------------------------------|--------------|------------|------------|--------------|---------------|------|
| Завтрак 12лет и старше | | | | | | | |
| 193 | Каша гречневая вязкая на молоке | 220 | 38,6 | 17,2 | 30,7 | 437 | |
| 301 | Чай с молоком с сахаром | 200 | 1,6 | 1,5 | 11,3 | 62 | |
| пр | конфета | 18 | 0,63 | 5,4 | 10,44 | 93,6 | |
| 1.5 | Хлеб 1с | 50 | 3,95 | 0,5 | 24,15 | 123 | |
| | ИТОГО | | | | | 715,6 | |
| Второй завтрак 12лет и старше | | | | | | | |
| пр | яблоко | 120 | 0,5 | 0,5 | 14,8 | 53,3 | |
| Обед 12лет и старше | | | | | | | |
| 13 | Салат из свежих помидоров | 60 | 0,6 | 3,0 | 2,9 | 43 | |
| 56 | Суп рассольник ленинградский | 250 | 2,4 | 5,7 | 15,7 | 130 | |
| 182 | Пюре овощное | 150 | 3,0 | 2,8 | 22,6 | 134 | |
| 96 | гуляш | 100 | 13,8 | 14,5 | 3,2 | 199 | |
| 309 | Компот из плодов или ягод сушеных | 200 | 1,2 | 0,1 | 29,5 | 127 | |
| 1.6 | Хлеб 2с | 80 | 5,28 | 0,96 | 26,72 | 154,4 | |
| | ИТОГО | | | | | 787,4 | |
| Полдник | | | | | | | |
| 299 | Молоко кипяченое | 200 | 5,7 | 5,9 | 9,0 | 111 | |
| пр | Булочка алтайка | 50 | 4,0 | 2,0 | 23,8 | 134 | |
| | ИТОГО | | | | | 245 | |
| Ужин | | | | | | | |
| 125 | Овощи тушеные с мясом | 245 | 21,4 | 25,7 | 21,5 | 409 | |
| 300 | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,0 | 9,1 | 36 | |
| пр | печенье | 30 | 2,4 | 3,75 | 21,15 | 129 | |
| 1.5 | Хлеб 1с | 50 | 3,95 | 0,5 | 24,15 | 123 | |
| | ИТОГО | | | | | 697 | |
| Второй ужин | | | | | | | |
| пр | мандарин | 140 | 1,1 | 0,3 | 10,5 | 49 | |
| | ИТОГО | | | | | 2547,3 | |

Шеф-повар: Усынина Г.В.

Утверждаю

Директор *Васильева* Т.В. Хамуева

Меню по возрастам ГБОУ «Турунтаевская СКОШИ» 10.09.2024г



| № тех карты | Наименование блюда | Масса порции | Белки, гр | Жиры, гр | Углеводы, гр | ЭП | Цена |
|--------------------------------------|----------------------------------|--------------|-----------|----------|--------------|----|---------------|
| Завтрак 12лет и старше | | | | | | | |
| 229 | Макаронные изделия с сыром | 230 | 13,1 | 19,6 | 42,1 | | 407 |
| 303 | Чай из сухой смеси с витаминами | 200 | 0,2 | 0,0 | 8,5 | | 34 |
| пр | Творожная масса | 60 | 3,0 | 12 | 11,1 | | 164,4 |
| 1.5 | Хлеб 1с | 50 | 3,95 | 0,5 | 24,15 | | 123 |
| | ИТОГО | | | | | | 728,4 |
| Второй завтрак 12лет и старше | | | | | | | |
| пр | груша | 120 | 0,5 | 0,4 | 12,4 | | 54,6 |
| Обед 12лет и старше | | | | | | | |
| 4,1 | Сельдь порциями | 30 | 4,8 | 2,2 | | | 39 |
| 58 | Суп борщ с капустой и картофелем | 250 | 2,0 | 6,2 | 12,9 | | 119 |
| 184 | Каша перловая рассыпчатая | 160 | 4,8 | 4,2 | 33,8 | | 203,5 |
| 99 | Котлета из говядины | 100/20 | 11,1 | 11,5 | 14,8 | | 210 |
| 319 | Напиток из плодов шиповника | 200 | 0,7 | 0,3 | 22,0 | | 127 |
| 1.6 | Хлеб 2с | 80 | 5,28 | 0,96 | 26,72 | | 154,4 |
| | ИТОГО | | | | | | 852,9 |
| Полдник | | | | | | | |
| пр | сок | 200 | 0,0 | 0,0 | 22,0 | | 88 |
| пр | сдоба | 75 | 9,48 | 1,83 | 46,58 | | 245 |
| | ИТОГО | | | | | | 333 |
| Ужин | | | | | | | |
| 193 | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 8,83 | 5,67 | 38,58 | | 260 |
| 96 | гуляш | 100 | 13,8 | 14,5 | 3,2 | | 199 |
| 301 | Чай с молоком и сахаром | 200 | 1,6 | 1,5 | 11,3 | | 62 |
| 1.5 | Хлеб 1с | 50 | 3,95 | 0,5 | 24,15 | | 123 |
| | ИТОГО | | | | | | 644 |
| Второй ужин | | | | | | | |
| пр | яблоко | 120 | 0,5 | 0,5 | 11,8 | | 53,3 |
| | ИТОГО | | | | | | 2666,2 |

Шеф –повар: Усынина Т.В.

Утверждаю

Директор *Усанова* Е.В. Хамуева

Меню по возрастам ГБОУ «Турунтаевская СКОШИ» 11.09.2024г

| № тех карты | Наименование блюда | Масса порции | Белки, гр | Жиры, гр | Углеводы, гр | ЭШ | Цена |
|--------------------------------------|-----------------------------|--------------|-----------|----------|--------------|----------------|------|
| Завтрак 12лет и старше | | | | | | | |
| 210 | Каша молочная Дружба | 220 | 6,4 | 12,4 | 35,3 | 281 | |
| 302 | Чай с лимоном | 200 | 0,2 | 0,0 | 9,3 | 38 | |
| пр | зефир | 30 | 0,27 | 0,09 | 24,24 | 99 | |
| 1.5 | Хлеб 1с | 50 | 3,95 | 0,5 | 24,15 | 123 | |
| | ИТОГО | | | | | 541 | |
| Второй завтрак 12лет и старше | | | | | | | |
| пр | мандарины | 100 | 0,8 | 0,2 | 7,5 | 35 | |
| Обед 12лет и старше | | | | | | | |
| пр | Икра кабачковая | 30 | 0,4 | 1,55 | 2,2 | 25,5 | |
| 70 | Суп свекольник | 250 | 2,3 | 4,9 | 14,9 | 117 | |
| 113 | Говядина гушеная с капустой | 200 | 20,4 | 42,48 | 10,64 | 510 | |
| 309 | Компот из изюма | 200 | 1,2 | 0,1 | 29,5 | 127 | |
| 1.6 | Хлеб 2с | 80 | 5,28 | 0,96 | 26,72 | 154,4 | |
| | ИТОГО | | | | | 933,9 | |
| Полдник | | | | | | | |
| 297 | йогурт | 130 | 3,57 | 3,19 | 16,57 | 105,95 | |
| 292 | Булочка алтайка | 50 | 4,0 | 2,0 | 23,8 | 134 | |
| | ИТОГО | | | | | 239,95 | |
| Ужин | | | | | | | |
| 119 | Плов из говядины | 250 | 26,1 | 25,2 | 42,2 | 509 | |
| 300 | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,0 | 9,1 | 36 | |
| 1.5 | Хлеб 1с | 50 | 3,95 | 0,5 | 24,15 | 123 | |
| | ИТОГО | | | | | 668 | |
| Второй ужин | | | | | | | |
| пр | яблоко | 120 | 0,5 | 0,5 | 11,8 | 53,3 | |
| | ИТОГО | | | | | 2471,15 | |

Шеф –повар: Усанова Т.В.

Утверждаю

Директор *Мешаф* Е.В. Хамуева



Меню по возрастам ГБОУ «Турунтаевская СКОШ» 12.09.2024г

| № тех карты | Наименование блюда | Масса порции | Белки, гр | Жиры, гр | Углеводы, гр | Цена |
|--------------------------------------|---------------------------------|--------------|-----------|----------|--------------|---------------|
| Завтрак 12лет и старше | | | | | | |
| 196 | Каша кукурузная молочная вязкая | 220 | 7,3 | 10,6 | 45,1 | 296 |
| 306 | Какао с молоком | 200 | 3,6 | 3,3 | 13,7 | 100 |
| пр | Сгущенное молоко | 45 | 2,25 | 3,82 | 25,2 | 144,2 |
| 1.5 | Хлеб 1с | 50 | 3,95 | 0,5 | 24,15 | 123 |
| | ИТОГО | | | | | 663,2 |
| Второй завтрак 12лет и старше | | | | | | |
| пр | банан | 150 | 2,5 | 0,8 | 31,5 | 141,8 |
| Обед 12лет и старше | | | | | | |
| 44 | Винегрет с фасолью | 60 | 0,7 | 6,0 | 3,1 | 71 |
| 69 | Суп из овощей | 250 | 1,9 | 3,5 | 10,7 | 86 |
| 187 | Каша рисовая рассыпчатая | 150 | 3,6 | 3,92 | 37,5 | 206,6 |
| 79 | Рыба припущенная | 90 | 15,9 | 0,9 | 0,7 | 99 |
| 319 | Напиток из плодов шиповника | 200 | 0,7 | 0,3 | 22,0 | 127 |
| 1.6 | Хлеб 2с | 80 | 5,28 | 0,96 | 26,72 | 154,4 |
| | ИТОГО | | | | | 744 |
| Полдник | | | | | | |
| пр | сок | 200 | 0,0 | 0,0 | 22,0 | 88 |
| пр | сдоба | 75 | 9,48 | 1,83 | 46,58 | 245 |
| | ИТОГО | | | | | 333 |
| Ужин | | | | | | |
| 144 | Картофель отварной с мясом | 180/5 | 3,5 | 4,8 | 27,1 | 174 |
| 86 | Фрикадельки рыбные | 90 | 11,3 | 8,9 | 6,6 | 153 |
| 301 | Чай с молоком и сахаром | 200 | 1,6 | 1,5 | 11,3 | 62 |
| 1.5 | Хлеб 1с | 50 | 3,95 | 0,5 | 24,15 | 123 |
| | ИТОГО | | | | | 512 |
| Второй ужин | | | | | | |
| пр | груша | 120 | 0,5 | 0,4 | 12,4 | 54,6 |
| | ИТОГО | | | | | 2448,6 |

Шеф-повар: Уселица Т.В.

Утверждаю

Директор *Резникова* Ф.В. Хамченко

Меню по возрастам ГБОУ «Турунтаевская СКОЛВИ» 13.09.2024г

| № тех карты | Наименование блюда | Масса порции | Белки, гр | Жиры, гр | Углеводы, гр | ЭЦ | Цена |
|--------------------------------------|--|--------------|-----------|----------|--------------|--------------|------|
| Завтрак 12лет и старше | | | | | | | |
| 194 | Каша ячневая молочная вязкая | 220 | 7,6 | 14,9 | 39,4 | 304 | |
| 303 | Чай из сухой смеси с витаминами | 200 | 0,2 | 0,0 | 8,5 | 34 | |
| пр | конфета | 18 | 0,63 | 5,4 | 10,44 | 93,6 | |
| 1.5 | Хлеб 1с | 50 | 3,95 | 0,5 | 24,15 | 123 | |
| | ИТОГО | | | | | 554,6 | |
| Второй завтрак 12лет и старше | | | | | | | |
| пр | мандарин | 140 | 1,1 | 0,3 | 10,5 | 49 | |
| Обед 12лет и старше | | | | | | | |
| 36 | Салат мазайка | 100 | 1,6 | 6,5 | 9,1 | 114 | |
| 61 | Суп картофельный с макаронными изделиями | 250 | 5,5 | 5,0 | 20,2 | 153 | |
| пр | Пельмени на пору | 120 | 14,4 | 27,6 | 46,06 | 492 | |
| 301 | Чай с молоком и сахаром | 200 | 1,6 | 1,5 | 11,3 | 62 | |
| 1.6 | Хлеб 2с | 80 | 5,28 | 0,96 | 26,72 | 154,4 | |
| | ИТОГО | | | | | 975,4 | |
| Полдник | | | | | | | |
| пр | сок | 200 | 0,0 | 0,0 | 22,0 | 88 | |
| пр | сдоба | 75 | 9,48 | 1,83 | 46,58 | 245 | |
| | ИТОГО | | | | | 333 | |
| | ИТОГО | | | | | 1912 | |

Шеф-повар: Усачева Т.В.