

« Утверждаю»
 / Директор «МБОУ ЯСОШ»
 имени Героя Сов.Союза
 П.Х. Буктулова



МЕНЮ
 День: второй (вторник)
 Неделя: первая
 Сезон осеннее-зимний
 Питание детей 5-11кл.
 Дата:04.10.2022г

	Наименование блюд	выход в гр	цена	бел	жир	угл	кклл
ЗАВТРАК							
214	Омлет натуральный	110	18-16	9.2	11.1	1.7	144
430	Чай с сахаром	200	3-11	0.2	0.2	27	111
пр	Ватрушка с творогом	70	19-00	2.4	1.5	27.5	125
Пр.	Батон нарезной	50	4-14	3.7	1.5	27.5	125
	ИТОГО	522	56-66	16.1	14.4	39	532
ОБЕД							
24	Салат из квашеной капусты	100	8-64	0.9	6.1	3.1	71
88	Щи из свежей капусты и картофеля	250	16-21	5.9	8.5	12.2	149
Пр.	Котлета Домашняя	52	20-00	8.1	13.2		196
323	Каша гречневая рассыпчатая	180	14-64	8.0	9.3	37.3	266
431	Чай с сахаром и лимоном	200	4-02	0.1	0	14.8	61
пр	Хлеб ржаной	60	3-31	4.1	0.7	26.9	131
	итого:	842	59-79	27.1	42.8	94.3	874
	итого:	1364	116-45	43.2	57.2	197.5	1406
						6	

Повар
 Калькуляцию составила:

Семенова Л.Н.
 Антонова Р.В.

« Утверждаю»
 Директор «МБОУ ЯСОШ»
 имени Героя Сов.Союза
 Г.Х. Буктулова
 Е.Н Моряков



МЕНЮ
 День: третий (среда)
 Неделя: первая
 Сезон: весенне-летний
 Питание детей 5-11 кл
 05.10 .2022

№ рецептуры	Наименование блюд	выход г порций	цена	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				белки	жиры	углеводы	Ккал.
ЗАВТРАК							
223	Запеканка с творогом	120	32-85	2.6	9.1	22.8	183
379	Кофейный напиток	200	7-64			23	92
Пр.	Батон нарезной	50	4-14	3.8	1.5	25.3	129
Пр.	Сочник творогом	100	21-50	8	25.9	69.9	545
	Итого	470	66-13	14.4	36.5	141	949
ОБЕД							
24	Салат из свеклы с сыром	100	11-56	4.7	9.5	7.1	134
91	Щи из свежей капусты с картофелем	250	16-23	6.0	10.	9.2	147
335	Пюре картофельное	180	10-28	4.2	7.1	28.7	195
227	Рыба припущенная	60	27.26	13.2	4.2	0.	91
431	Чай с сахаром	200	2-80			14.6	56
пр	Хлеб ржаной	60	3-31	4	0.7	26.1	127
	Итого	850	71-44	32.1	31.5	85.7	750
	Всего	1320	137-57	46.5	68	226.7	1699

Повар
 Калькуляцию составила:

Семенова Л.Н.
 Антонова Р.В.

« Утверждаю»
 Директор «МБОУ ЯСОШ» имени Героя
 Сов.Союза

П.Х. Бухтулова
 Е.Н. Моряков

06.10.2022



МЕНЮ

День: четверг (четвертый)

Неделя: первая

Сезон- осеннее-зимний

Питание детей с 5-11 классов

06.10.2022

сц	Наименование блюд	выход г порций	цена	Пищевые вещества (химический состав).г			Энергетическая ценность Ккал.
				белки	жиры	углевод оды	
ЗАВТРАК							
12	Суп молочный с макаронными изделиями	200	8-09	4.6	3.9	17.4	124
5	Сыр порциями	30	16-86	7	8.9		109
	Батон	50	4-14	3.7	1.5	25.6	125
IP.	Сочни с творогом	100	23-76	0.1	0.3	0.7	6
	Банан	200	15-60	3	1	42	192
82	Какао с молоком	200	8-60	3.8	3	24.5	141
	Итого	780	77-05	22.2	18.6	110.2	697
ОБЕД							
7	Салат из квашеной капусты	100	12-32	1.6	5.1	8.24	87.63
6	Рассольник Ленинградский	250	15-03	2.41	5.41	16.43	124.49
244	Плов из говядины	180	37-30	14.26	15.8	32.38	329
94	Компот из свежих плодов	200	2-04	0.2	0.2	27	111
	Хлеб ржаной	60	3-31	4	0.7	26.1	127
		790	70-00	22.47	27.21	105.5	779.12
	Итого за день	1570	147.0 5	44.67	45.81	215.7 3	1476.12

Повар:
 Калькуляцию составила

Семенова Л.Н.
 Антонова Р.В

« Утверждаю»
 Директор «МБОУ ЯСОШ» имени Героя
 Сов.Союза
 П.Х Бухтулова
 _____ Е Н Моряков
 08.09.2022

МЕНЮ

День: четверг (четвертый)
 Неделя: первая
 Сезон- осеннее-зимний
 Питание детей с 5-11 классов
 08.09.2022

Наименование блюд	выход г порций	цена	Пищевые вещества (химический состав).г			Энергетическая ценность
			белки	жиры	углевод ы	Ккал.
ЗАВТРАК						
Макароны с сыром	180	21-15	7.10	15.9	27.10	281
Чай с сахаром	200	3-11			27	111
Батон	50	4-14	3.7	1.5	25.6	125
Киви	110	23-76				
ИТОГО	540	52-16	10.8	17.4	79.70	517
ОБЕД						
Салат из свежих помидоров и огурцов	100	1-78	1,	6.15	3.7	75.3
Рассольник Ленинградский	250	14-87	6.3	8.7	16.4	169.8
Плов из говядины	180	36-16	14.26	15.8	32.38	328.72
Компот из свежих плодов	200	6-57	0.2	0.2	27	111
Хлеб ржаной	60	3-31	4	0.7	26.1	127
	790	62-69	25.76	31.55	105.5	811.82
го за день	1370	114- 85	36.56	48.95	185.2 8	1328.82 8

Повар:
 Калькуляцию составила:

Якимова Н.Г.
 Антонова Р.В.

« Утверждаю»

Директор «МБОУ ЯСОШ»

имени Героя Сов.Союза

П.Х. Бухтулова

Е.И. Моряков

07.10.2022



МЕНЮ

День: пятница

Неделя: первая

Сезон: осеннее-зимний

Питание детей 5-11кл07.10.2022

№ рец	Наименование блюд	выход г	цена	Пищевые вещества (химический состав),г			Энергетическая ценность
				белки	жиры	угл.	Ккал.
190	Каша Дружба	180	12-40	5.9	7.9	33.3	228
430	Кофейный напиток	200	7-60	1.5	1.3	22.4	107
	Бананы	200	15-80	3	1	42	192
Пр.	Батон нарезной	50	4-14	3.7	1.5	24.5	125
	итого	630	35-14	14.1	11.7	122.2	652
	обед						
46	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	8-48	1.2	5.1	11	97
103	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	17-87	7	10.2	20.4	202
323	Каша гречневая рассыпчатая	180/ 50	14-56	7.8	6.9	35.1	233
	Котлеты нежные	50	20-00	0.1	0.1		2
431	Чай с сахаром и лимоном	200	4-02	0.1		14.8	60
Пр.	Хлеб ржаной	60	3-31	4	0.7	26.9	131
		890	68-24	20.1	23	108.2	725
Итого за день		1520	103- 38	34.2	34.7	230.4 0	1377

Повар
Калькуляцию составила:

Семенова Л.Н.
Антонова Р В

Утверждаю
 /Директор МБОУ
 «Янтиковская СОШ имени
 Героя Советского Союза П.Х.
 Бухтулова»

Моряков Е.Н.

10.10.2022



МЕНЮ 5-11 кл.
День: шестой .неделя вторая
Сезон:осеннее-зимний
Дата 10.10.2022

№ реп	Наименование блюд	выход г порций	цена	Пищевые вещества (химический состав).г			Энергети ческая ценность
				белки	жиры	углев оды	Ккал.
ЗАВТРАК							
210	Макароны с сыром	180	21-98	8.5	19.1	32.5	337
382	Чай с сахаром	200	2-80	0.1		14.8	60
Пр.	Батон	50	4-14	3.8	1.5	25.3	129
Пр.	Слойка	100	17-00	3.6	2.1	36.6	141
	ИТОГО	530	45-92	16.0	22.7	109.2	667
ОБЕД							
К/К	Салат из горошка зеленого консервированного	100	29-86	2.8	5.2	6.1	83
84	Щи из свежей капусты с картофелем	250	15-59	5.9	9.5	8.7	145
331	Макаронные изделия отварные	180	10.74	7	8.2	44.9	281
246	Птица тушеная в сметанном соусе	60	28-34	12.7	18.5	3.1	229
431	Чай с сахаром и лимоном	200	3-80	0.1	0.	14.8	60
пр	Хлеб ржаной	60	3-31	4.1	0.7	26.9	131
	итого за обед	850	91-64	30.8	33.3	96.5	813
	итого за день	1380	137-56	46.8	56	205.7	1480

Повар:
 Калькуляцию составила

Александрова Т.Н.
 Антонова Р.В.



Ветеринарная справка формы 4: № 1607882271 от 27.09.2022 09:22:25 МСК (оформлен)
 Фирма-получатель: УТКИН ГЕНАДИЙ ПЕТРОВИЧ, ИНН: 2121000107, TIN: 1607882271
 «АНТИКОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА ЧУВАШСКОГО РАЙОНА ЧУВАШСКОЙ РЕСПУБЛИКИ, ИНН: 212102020»
 Республика Чувашия, Чувашская Республика - Чувашия, Антикровский район, с. Антикovo, Ленина пр-т, д. 27 а)
 Продукция: говядина охлажденная, 218 кг
 Выдана: 27.09.2022:00, (КФХ) Уткин Геннадий Петрович (428290, РФ, Чувашская Республика - Чувашия, Антикковский район, с. Антикovo, Клианова ул., д. 18, 2)
 Код: **77AB-0322-B5A0-44F3-9571-89A3-C869-90C6**



Ветеринарное свидетельство формы 2: № 16066889828 от 26.09.2022 13:15:45 МСК (оформлен)
 Фирма-получатель: МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «АНТИКОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА ПЕТРА ХАРИТОНОВИЧА БУХТУЛОВА» АНТИКОВСКОГО РАЙОНА ЧУВАШСКОЙ РЕСПУБЛИКИ, ИНН: 212102020
 Республика Чувашия, Чувашская Республика - Чувашия, Антикровский район, с. Антикovo, Ленина пр-т, д. 22 а)
 Продукция: котлеты Домашние фас по 48 шт (3,2 кг) (8640), 28,8 кг
 Выдана: 12.09.2022, ООО «Вурнарский мясокомбинат» (РФ, Чувашская Республика - Чувашия, Вурнарский район, п.т. Вурнары, К.Маркса ул., д. 54)
 Код: **6C77-D1CD-246D-4E99-905E-935A-0C72-A421**



Ветеринарное свидетельство формы 2: № 16066889827 от 26.09.2022 13:15:45 МСК (оформлен)
 Фирма-получатель: СЕМЕНОВА ИЗОЛЬДА ВАЛЕРЬЕВНА, ИНН: 21060139472, TIN: № 1167 от 26.09.2022
 Республика Чувашия, Чувашская Республика - Чувашия, Антикровский район, с. Антикovo, Ленина пр-т, д. 22 а)
 Продукция: филе лососня мороженое(ООО "Лазурь"), 10 кг
 Выдана: 30.08.2022, ООО "Лазурь" (РФ, Ульяновская обл., г. Ульяновск, Мисковское ш., д. 13Б, помещение 5)
 Код: **49C9-39A3-B1A1-4629-8BA8-0AAE-1482-F8E6**



Ветеринарное свидетельство формы 2: № 16066889825 от 26.09.2022 13:15:45 МСК (оформлен)
 Фирма-получатель: СЕМЕНОВА ИЗОЛЬДА ВАЛЕРЬЕВНА, ИНН: 21060139472, TIN: № 1167 от 26.09.2022
 Республика Чувашия, Чувашская Республика - Чувашия, Антикровский район, с. Антикovo, Ленина пр-т, д. 22 а)
 Продукция: Масло сливочное Крестьянское 72,5% жир ГОСТ ЕАЭС N RU-АНТИКОВСКОЕ, 2 кг
 Выдана: 06.07.2022, КФХ Хайрдинова Гулярия Минсалиевна (РФ, Чувашская Республика - Чувашия, Комсомольский район, с. Комсомольское, Промышленная ул., д. 6, стр. Б)
 Код: **C521-21D0-8289-4ABA-8983-608C-3F6E-2A82**

« Утверждаю»
 Директор «МБОУ ЯСОШ»
 имени Героя Сов.Союза
 П.Х. Бухтулова
 Е.Н. Моряков
 11.10.2022г



МЕНЮ

День: седьмой (вторник)

Неделя: вторая

Сезон: осеннее-зимний

Питание детей с 5-11 классов

Дата 11.10.2022.

№ Рец	Наименование блюд.	Выход д в гр	цена	Пищевые вещества (химический состав),г			Энергетическая ценность кклл
				белки	жиры	углеводы	
Завтрак							
223	Запеканка из творога	120	32-63	2.6	6.2	22.8	157
432	Кофейный напиток	200	7-40	1.5	1.3	22.4	107
Пр.	Батон	50	4-14	3.8	1.5	25.3	129
	Ватрушка с творогом	70	19-00	2.5	1.5	25.6	99
	Итого	550	63-17	10.6	9.9	108.3	566
ОБЕД							
46	Салат из белокочанной капусты	100	6-01	1.2	5.1	11	97
103	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	17-22	7	10.2	20.4	202
	Котлета Домашняя	52	20-00	4.7	14	5.2	165
304	Рис отварной	180	13-30	4.8	9.7	48.7	301
394	Компот из свежих плодов	200	2-01	0,2	0,2	27	111
ПР	Хлеб ржаной	60	3-31	4.1	0.7	26.9	131
	Итого	842	61-85	22	39.9	139.2	1007
	Всего за день	1292	125.02	33.4	49.9	244.3	1573

Повар

Александрова Т.Н.
Антонова Р.В.

Александрова Т.Н.

Калькуляцию составила:

Антонова Р.В.

« Утверждаю»
 Директор МБОУ
 «Янтиковская СОШ» имени
 героя Советского Союза
 П.Х.Бухтулова
 Е.И.Моряков
 12.10.2022



МЕНЮ
 День: Восьмой(среда)
 Неделя: вторая
 Сезон: осеннее-зимний
 Питание детей с 5-11 классы
 12.10.2022 .

	Наименование блюда	выход в гр	цена	Пищевые вещества (химический состав),г			Энергетическая ценность	
				белки	жиры	углев	кккл	
ЗАВТРАК:								
112	Суп молочный с макаронными изделиями	200	8-85	4.5	4.2	17.6	127	
431	Чай с сахаром и лимоном	200	3-80	0.1	0	14.8	60	
15	Сыр порциями	30	16-84	7	8.9		109	
пр	Банан	100	17-40	3.3	1.1	46.2	211	
	Батон	50	4-14	3.7	1.5	24.5	125	
Обед :		Итого	580	51.03	18.6	15.7	103.1	632
17	Огурец свежий	100	9-00	0.8	0.1	2.5	14	
84	Суп из овощей	250	18-84	6	9.6	11	154	
371	Рыба припущенная	70	28-75	15.1	7.67	0.35	130.58	
520	Пюре картофельное	180	9-27	3.8	6.3	25.8	175	
377	Компот из сухофруктов	200	5-65	0.4	0.0	27.4	112	
пр	Хлеб ржаной	60	3-31	4.	0.7	26.9	131	
	ИТОГО	860	74-82	30.1	24.37	93.95	716.58	
	ВСЕГО	1400	125.85	48.7	40.07	197.05	1348.58	

Повар

Калькуляцию составила:

Александрова Т.Н.
Антонова Р.В.

Александрова Т.Н..

Антонова Р.В.

Утверждаю
 Директор МБОУ
 «Янтиковская СОШ»
 имени героя Советского
 Союза П.Х.Бухтулова
 Е.Н. Моряков
 13.10.22г.



МЕНЮ

День: девятый (четверг)
 Неделя: вторая
 Сезон: осеннее-зимний
 Питание детей с 5-11 классов
 Дата 13.10.22 г.

№ реп	Наименование блюд	выход в гр	цена	Пищевые вещества (химический состав).г			Энергети ческая ценность Ккал
				белки	жиры	углево ды	
ЗАВТРАК							
210	Макароны с сыром	180	21-71	8.5	19.1	32.5	337
432	Кофейный напиток	200	7-64	1.5	1.3	22.4	107
ПР.	Батон нарезной	50	4-14	3.7	1.5	24.5	125
ПР	Банан	220	17-40	0.4		10.3	47
	Итого	650	50-89	14.1	21.9	89.7	616
Обед							
22	Салат фруктовый	100	24-67	1.6	5.1	8.2	88
76	Борщ из свежей капусты	250	18-64	6.1	10.3	12.9	170
244	Плов из птицы	180	31-55	15.3	22	31.9	387
436	Лимонный напиток	200	4-40	0.2	0	25.7	105
Пр.	Хлеб ржаной	60	3-31	4.1	0.7	26.9	131
	ИТОГО	790	82-57	27.3	30.8	105.6	750
		1330	133-46	41.40	52.7	195.3	1366

Повар

Александрова Т.Н..

Калькуляцию составила:

Антонова Р.В.

«Утверждаю»
 Директор МБОУ
 «Янтиковская СОШ имени Героя
 Советского Союза П.Х. Бухтулова»

Е.Н.Моряков

14.10.2022



День: пятница (неделя:
 вторая, десятый день
 Сезон: осеннее-зимний
 Питание детей 5-11кл.
 Да 14.10.2022

ОБЕД				Пищевые вещества (химический состав),г			Энергетическая ценность
№ реп		выход г	цена	белки	жиры	углев.	Ккал
ЗАВТРАК							
190	Каша ДРУЖБА	200	14-51	5.9	7.9	33.5	230
430	Чай с сахаром	200	2-80		0.	14.6	58
	Батон нарезной	50	4-14	3.8	1.5	25.3	129
	Слойка Каприз	100	17-00	3.6	2.1	36.6	141
	Итого	550	38.45	13.3	11.50	110	558
ОБЕД							
43	Салат из моркови с яблоками	100	5-30	0.8	0.1	2.5	14
88	Суп картофельный с горохом	250	18-49	5.3	9.0	9.4	140
311	Каша гречневая рассыпчатая	180/50	14-74	16.4	23	34.7	410
	Котлета Нежная	50	20-00	4.7	14	5.2	165
430	Чай с сахаром	200	2-80	0.1		14.8	60
Пр.	Хлеб ржаной	60	3-31	4.2	0.8	27.8	136
	Итого	890	64-64	31.5	46.9	94.40	925
	Всего	1440	103-09	44.80	58.4	204.40	1483

Повар
 Калькуляцию составила

Александрова Т.Н..
 Антонова Р.В.

/ « Утверждаю»
 Директор «МБОУ ЯСОШ»
 имени Героя Сов.Союза
 П.Х. Бухтулова
 Е.Н. Моряков
 17.10.2022г.



МЕНЮ

День: первый (понедельник)
 Неделя: первая
 Сезон: осеннее-зимний
 Питание детей 5-11кл.
 Дата: 17.10.2022г.

ОБЕД				Пищевые вещества (химический состав),г			Энергетическая ценность
№ реп		выход г	цена	белки	жиры	углев	Ккал
ЗАВТРАК							
210	Макароны с сыром	180	21-15	8.5	19.1	32.5	337
433	Какао с молоком	200	8-60	2	2.5	24.8	134
ПР.	Батон нарезной	50	4-14	3.8	1.5	25.3	129
	Ватрушка с творогом	70	19-00	3.6	2.1	36.6	141
	ИТОГО	500	52-89	17.9	25.2	119.2	741
ОБЕД							
23	Салат из квашеной капусты	100	12-32	1.6	5.1	8.2	88
102	Суп картофельный с горохом	250	18-78	6.1	6.6	19.2	160
312	Птица тушеная в сметанном соусе	60	28-34	12	15.3	3	201
331	Макароны отварные	180	10-74	7.1	8.2	45.1	283
402	Компот из сухофруктов	200	5-65			23.3	93
ПР	Хлеб ржаной	60	3-31	4.1	0,7	26.9	131
	итого:	850	79-14	30.9	35.9	118.2	956
	Итого:	1350	132-03	48.8	61.1	237.4	1697

Повар
 Калькуляцию составила:

Якимова Н.Г.
Антонова Р.В.

Якимова Н.Г.
 Антонова Р.В.

« Утверждаю»
 Директор «МБОУ ЯСОШ»
 имени Героя Сов.Союза

Ивановича
 Моряков



МЕНЮ

День: второй (вторник)

Неделя: первая

Сезон осеннее-зимний

Питание детей 5-11кл.

Дата: 18.10.2022г

	Наименование блюд	выход в гр	цена	бел	жир	угл	кклл
ЗАВТРАК							
214	Омлет натуральный	110	18-80	9.2	11.1	1.7	191
430	Чай с сахаром	200	2-80			14.6	58
пр	Слойка Каприз	100	17-00	3.6	2.1	36.6	141
Пр.	Батон нарезной	50	4-14	3.7	1.5	27.5	125
.	Банан	210	16-62	1.89	0.63	26.46	120.9
	ИТОГО	670	59-36	18.3	15.3	106.8	588.9
				9	3	6	6
ОБЕД							
24	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	9-08	0.9	6.1	3.1	71
88	Щи из свежей капусты картофедя	250	16-53	5.9	8.5	12.2	149
Пр.	Котлета Домашняя	52	20-00	8.1	18.2		196
323	Каша гречневая рассыпчатая	180	13-96	8.0	9.3	37.3	266
431	Чай с сахаром и лимоном	200	3-85	0.1	0	14.8	61
пр	Хлеб ржаной	60	3-31	4.1	0.7	26.9	131
	итого:	842	66-73	27.1	42.8	94.3	874
	итого:	1512	126-09	43.2	57.2	197.5	1462.9
						6	9

Повар
 Калькуляцию составила:

Якимова Н.Г.
АН

Якимова Н.Г..
 Антонова Р В

« Утверждаю»
 Директор «МБОУ ЯСОШ» имени Героя
 Сов.Союза
 П.Х. Вухтулова



МЕНЮ

День: четверг (четвертый)

Неделя: первая

Сезон- осеннее-зимний

Питание детей с 5-11 классов

20.10.2022

ед	Наименование блюд	выход г порций	цена	Пищевые вещества (химический состав),г			Энергетическая ценность Ккал.
				белки	жиры	углевод оды	
ЗАВТРАК							
20	Суп молочный с макаронными изделиями	200	8-09	4.6	3.9	16.9	121
5	Сыр порциями	30	16-85	7	8.9		109
	Батон	50	4-14	3.7	1.5	25.6	125
32	Какао с молоком	200	8-80	3.8	3	24.5	141
	Яблоко	180	15-35	0.7	0.7	17.6	85
	Итого	660	53-23	19.8	18.0	84.6	581
ОБЕД							
7	Салат из квашеной капусты	100	8-51	1.6	5.1	8.24	87.63
8	Щи из свежей капусты и картофеля	250	15-35	6	9.5	9.3	148
244	Плов из говядины	200	43-00	16.7	17.6	36	369
94	Компот из свежих плодов	200	2-00	0.2	0.2	27	111
	Хлеб ржаной	60	3-31	4	0.7	26.1	127
		810	72-17	22.47	27.21	105.5	779.12
	Итого за день	1470	125-40	44.67	45.81	215.7	1476.12
						8	3

Повар:
 Калькуляцию составила

Якимова
АН

Якимова Н.Г.
 Антонова Р.В

« Утверждаю»

Директор «МБОУ ЯСОШ»

Героя Сов.Союза

Бухтулова

Е Н Моряков

22



МЕНЮ

День: пятница

Неделя: первая

Сезон: осеннее-зимний

Питание детей 5-11кл 21.10.2022

№ рец	Наименование блюд	выход г	цена	Пищевые вещества (химический состав).г			Энергетическая ценност ь
				белки	жиры	угл.	Ккал.
190	Каша Дружба	180	12-40	5.9	7.9	33.3	228
430	Чай с сахаром	200	2-80	1.5	1.3	22.4	107
	Яблоко	200	17-00	3	1	42	192
Пр.	Батон нарезной	50	4-14	3.7	1.5	24.5	125
	итого	630	36-34	14.1	11.7	122.2	652
	обед						
46	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	9-36	1.0	6.1	3.7	75
103	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	15-08	7	6.3	20.2	165
323	Каша гречневая рассыпчатая	180	10-61	7.8	6.9	35.1	233
	Шницель по-Венски	70/50	25-00	0.1	0.1		2
431	Чай с сахаром и лимоном	200	3-80	0.1		14.8	60
Пр.	Хлеб ржаной	60	3-31	4	0.7	26.9	131
		890	68-24	20.1	20.1	100.7	666
Итого за день		1520	103-38	34.2	31.8	222.9	1318

Повар
Калькуляцию составила:

Ярослава Семеновна Антонова
Семенова Л.Н.
Антонова Р В

Утверждаю
 Директор МБОУ
 «Янтиковская СОШ имени
 Героя Советского Союза П.Х.
 Бухтулова»

Моряков Е.Н.

24.10.2022



МЕНЮ 5-11 кл.
День: шестой .неделя вторая
Сезон:осеннее-зимний
Дата 24.10.2022

№ рец	Наименование блюд	выход г порций	цена	Пищевые вещества (химический состав).г			Энергетическая ценность Ккал.
				белки	жиры	углевод оды	
ЗАВТРАК							
210	Макаронны с сыром	180	21-70	8.5	19.1	32.5	337
382	Какао с молоком	200	10-00	3/8	3	24.5	141
Пр.	Батон	50	4-14	3.8	1.5	25.3	129
Пр.	Слойка	100	17-00	3.6	2.1	36.6	141
	ИТОГО	530	52-84	19.7	25.7	118.9	748
ОБЕД							
10	Салат из горошка зеленого консервированного	100	29-89	2.8	5.2	6.	82
84	Щи из свежей капусты с картофелем	250	15-13	5.9	9.5	8.7	145
331	Макаронные изделия отварные	180	8-02	7.3	6.4	41.8	255
260	Гуляш	100	32-69	11.2	14.1	3.	184
431	Чай с сахаром и лимоном	200	3-80	0.1	0.	14.8	60
пр	Хлеб ржаной	60	3-31	4.1	0.7	26.9	131
	итого за обед	890	92-84	31.4	35.9	101.2	857
	итого за день	1420	145-68	51.1	61.6	220.1	1605

Повар:
 Калькуляцию составила

Семенова Л.Н.
 Антонова Р.В.

« Утверждаю»
 Директор «МБОУ ЯСОШ»
 имени Героя Сов.Союза
 П.Х. Бухтудова



МЕНЮ
 День: седьмой (вторник)
 Неделя: вторая
 Сезон: осеннее-зимний
 Питание детей с 5-11 классов
 Дат 25.10.2022.

№ Рец	Наименование блюд.	Выхо д в гр	цена	Пищевые вещества (химический состав),г			Энергети ческая ценность кккл
				белки	жиры	углеводы	
Завтрак							
214	Омлет натуральный	110	19-62	10.6	17.5	2	218
432	Кофейный напиток	200	7-60	1.5	1.3	22.4	107
Пр.	Батон	50	4-14	3.8	1.5	25.3	129
	Ватрушка с творогом	70	19-00	2.5	1.5	25.6	99
	Мандарин	110	23-76	0.7	0.2	6.1	31
	Итого	540	74-12	19.1	22	81.4	584
ОБЕД							
46	Салат из белокочанной капусты	100	9-01	1.2	5.1	11	97
100	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	16-02	7	10.2	20.4	176
	Котлета Нежная	50/50	24-07	0.6	2.6	3	38
304	Рис отварной	180	13-30	4.8	9.7	48.7	301
394	Компот из свежих плодов	200	8-54	0,3	0,1	26,3	109
ПР	Хлеб ржаной	60	3-31	4.1	0.7	26.9	131
	Итого	890	74-16	18	28.4	136.3	852
	Всего за день	1430	148-28	37.1	50.4	217.7	1436



Повар
 Калькуляцию составила:  Семенова Л.Н.
 Антонова Р.В.

« Утверждаю»
 Директор МБОУ
 «Янтиковская СОШ» имени
 героя Советского Союза
 П.Х.Бухтудова



МЕНЮ
 День: Восьмой(среда)
 Неделя: вторая
 Сезон: осеннее-зимний
 Питание детей с 5-11 классы
 26.10.2022 .

	Наименование блюда	выход в гр	цена	Пищевые вещества (химический состав),г			Энергетическая ценность кккл
				белки	жиры	углев	
ЗАВТРАК:							
112	Суп молочный с макаронными изделиями	200	8-85	4.6	3.9	17.4	124
431	Чай с сахаром и лимоном	200	3-80	0.1	0	14.8	60
15	Сыр порциями	30	16-84	7	8.9		109
пр	Слойка Каприз	100	17	3.3	1.1	46.2	211
	Батон	50	4-14	3.8	1.5	25.3	129
	Итого	580	50-63	18.8	15.4	103.7	633
Обед							
24	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	8-56	1	6.1	3.7	75
99	Суп из овощей	250	17-92	6	9.6	11.1	154
229	Рыба припущенная	70	28-75	13.4	4.3		91
312	Пюре картофельное	180	9-96	3.8	6.3	25.8	176
349	Компот из сухофруктов	200	6-62	0.4	0.0	27.4	112
пр	Хлеб ржаной	60	3-31	4.1	0.7	26.9	131
	ИТОГО	860	74-82	28.7	27	94.9	739
	ВСЕГО	1400	125.85	47.5	40.07	198.6	1372

Повар
 Калькуляцию составила:  Семенова Л.Н.,
 Антонова Р.В.

« Утверждаю»
 Директор МБОУ
 «Янтиковская СОШ» имени
 героя Советского Союза
 П.Х.Бухтулова
 _____ Моряков Е.Н.
 26.10.2022.

МЕНЮ
 День: Восьмой
 Сезон осеннее - зимний
 Дата 26.10.2022 1-4 кл.

	Наименование блюд	выход в гр	цена	Пищевые вещества (химический состав), гу4			Энергетическая ценность кккл
				белки	жиры	углев	
ЗАВТРАК							
112	Суп молочный с макаронными изделиями	200	8-85	4.6	3.9	17.4	124
431	Чай с сахаром и лимоном	200	3-80	0.1	0	14.8	60
пр	Батон	50	4-14	3.8	1.5	25.3	129
	Слойка Каприз	100	17	3.6	2.1	36.6	141
15	Сыр порциями	20	11-23	4.6	5.9		73
	Итого	570	45-02	16.	13.4	94.1	527

ОБЕД							
24	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	5-13	0.6	3.7	2.2	45
99	Суп из овощей	200	15-52	4.9	7.	8.8	117
229	Рыба припущенная	50	24-45	11.2	3.6		76
312	Пюре картофельное	180	9-96	3.8	6.3	25.8	176
349	Компот из сухофруктов	200	6-62	0.4	0.0	27.4	112
пр	Хлеб ржаной	60	3-31	4.1	0.7	26.9	131
	Итого	730	62-07	25.	21.3	91.1	657
	ВСЕГО	1420	107-49	41	34.7	185.2	1184

Повар
 Калькуляцию составила:

Семенова Л.Н.
 Антонова Р.В.

Утверждаю
 Директор МБОУ
 «Янтиковская СОШ»
 имени героя Советского
 Союза Г.И. Бухтулова
 С.М. Моряков
 27.10.22г.



МЕНЮ

День: девятый (четверг)

Неделя: вторая

Сезон: осенне-зимний

Питание детей с 5-11 классов

Дата 27.10.22 г.

№ рец	Наименование блюд	выход в гр	цена	Пищевые вещества (химический состав),г			Энергети ческая ценность
				белки	жиры	углево ды	
ЗАВТРАК							Ккал
210	Макароны с сыром	180	21-71	8.5	19.1	32.5	337
432	Кофейный напиток	200	7-64	1.5	1.3	22.4	107
ПР.	Батон нарезной	50	4-14	3.8	1.5	25.3	129
ПР	Ватрушка с творогом	70	19-00	2.5	1.5	25.6	99
	Киви	100	17-90				
	ИТОГО	520	69.99	16.3	23.4	105.8	672
ОБЕД							
47	Салат из квашеной капусты	100	8-59	1.6	5.1	8.2	88
82	Борщ из свежей капусты	250	16-97	6.	9.5	12.4	159
311	Плов из птицы	200	39-15	19	26.7	35.3	458
436	Напиток лимонный	200	4-40	0.2	0	25.7	105
Пр.	Хлеб ржаной	60	3-31	4.1	0.7	26.9	131
	ИТОГО	810	82-57	30.9	42	108.5	941
		1460	133-46	47.2	65.4	214.3	1613

Повар

Семенова Л.Н.

Калькуляцию составила:

Антонова Р.В.