

Школа	МАОУ "СОШ ст. Тарханы"				
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена
Завтрак	гор.блюдо	120	Суп молочный вермишелевый	150	16,83
	гор.напиток		Булочка	80	22,50
	хлеб	399	СОК	200	8,70
			Кисломолочный продукт	115	41,00
			Итого	545	89,03
Обед	закуска	34	Овощи натуральные свежие	60	5,80
	1 блюдо	142	Щи из свежей капусты	250	11,26
	2 блюдо	279	Плов с курицей	200	26,90
	гор.напиток	378	Чай с шиповником	200	4,10
		2	Фрукты свежие (МО)	100	10,93
	хлеб		Хлеб пшеничный	20	2,39
			Хлеб ржаной	20	2,87
			Хлеб витаминизированный	40	7,37
			Итого	890	71,62
Полдник			СОК	200	15,00
			Кисломолочный продукт	100	31,20
			Булочка	80	22,50
			Итого	380	68,70
			ИТОГО	1815,00	229,35

Школа	МАОУ "СОШ ст. Тарханы"				
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена
Завтрак	гор.блюдо	59	Макароны отварные	150	5,25
		301	Биточки куриные	60	24,26
		456	Соус	50	1,70
	хлеб		Хлеб витаминизированный	40	3,69
	гор.напиток	502	Какао витаминизированный	200	10,22
		100	Фрукты свежие	100	17,76
			Итого	600,00	62,88
Обед	закуска	35	Огурец соленый	30	10,15
	1 блюдо	155	Суп рисовый с курицей	250	10,61
	2 блюдо	132	Картофель тушеный с курицей	230	22,72
	гор.напиток	31	Напиток фруктово-ягодный	200	12,65
			Булочка (МО)	50	9,80
	хлеб		Хлеб пшеничный	20	2,39
			Хлеб ржаной	20	2,87
			Хлеб витаминизированный	40	7,37
			Итого	840	78,56
Полдник			Коктейль молочный	200	26,12
			Булочка	80	22,50
			Итого	280,00	48,62
			ИТОГО	1720,00	190,06

Школа	МАОУ "СОШ ст. Тарханы"				
-------	------------------------	--	--	--	--

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена
Завтрак	гор.блюдо	278	Плов с говядиной	150	51,51
	хлеб		Хлеб витаминизированный	40	3,69
	гор.напиток		Коктейль молочный	200	26,12
			Итого	390	81,32
Обед		173	Горшек консервированный	60	8,63
		147	Суп вермишелевый с курицей	250	11,02
		679	Каша гречневая рассыпчатая	150	6,61
		301	Биточки куриные	60	24,26
		456	Соус	50	1,70
		350	Компот из сухофруктов	200	6,03
		2	Фрукты свежие (МО)	100	10,93
			Хлеб пшеничный	20	2,39
			Хлеб ржаной	20	2,87
			Хлеб витаминизированный	40	7,37
			Итого	950,00	81,81
Полдник			СОК	200	15,00
			Кисломолочный продукт	100	32,27
			Булочка	80	22,50
			Итого	380,00	69,77
			ИТОГО	1720,00	232,90

Школа	МАОУ "СОШ ст. Тарханы"				
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена
Завтрак		176	Каша молочная Дружба	150	15,49
		14	Масло сливочное	10	7,57
		15	Сыр в/сорт	15	9,71
			Хлеб витаминизированный	40	3,69
		378	Чай с шиповником	200	4,10
			Итого	415	40,56
Обед		173	Кукуруза консервированная	60	11,55
		102/1	Суп гороховый с курицей	250	11,37
		59	Макароны отварные	150	5,25
		346	Голень куриная запеченная	85	25,92
		456	Соус	50	1,70
		400	Напиток витаминизированный	200	9,36
			Печенье (МО)	180	5,86
			Хлеб пшеничный	20	2,39
			Хлеб ржаной	20	2,87
			Хлеб витаминизированный	40	7,37
			Итого	1055	83,64
Полдник			Коктейль молочный	200	26,12
			Булочка	80	22,50
			Итого	280,00	48,62
			ИТОГО	1750,00	172,82

Школа		МАОУ "СОШ ст. Тарханы"			
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена
Завтрак		469	Запеканка творожная со	150	53,39
			Булочка	80	22,50
		400	Напиток витаминизированный	200	9,36
			Итого	430,00	85,25
Обед		100	Фрукты свежие (5-11 классы)	100	17,76
		134	Рассольник с курицей	250	14,49
		215	Рагу овощное	150	7,71
		16	Сосиска отварная	60,00	24,18
		378	Чай с шиповником	200	4,10
			Хлеб пшеничный	20	2,39
			Хлеб ржаной	20	2,87
			Хлеб витаминизированный	40	7,37
			Итого	840,00	80,87
Полдник			Коктейль молочный	200	26,12
		100	Фрукты свежие	100	17,76
			Булочка	80	22,50
			Итого	280,00	48,62
			ИТОГО	1550,00	214,74

Школа		МАОУ "СОШ ст. Тарханы"			
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена
Завтрак		469	Запеканка творожная со	150	53,39
			Булочка	80	22,50
		400	Напиток витаминизированный	200	9,36
			Итого	430,00	85,25
Обед		100	Фрукты свежие (5-11 классы)	100	17,76
		87	Суп с рыбными консервами	250	19,75
		215	Рагу овощное	150	7,71
		16	Сосиска отварная	60,00	24,18
		378	Чай с шиповником	200	4,10
			Хлеб пшеничный	20	2,39
			Хлеб ржаной	20	2,87
			Хлеб витаминизированный	40	7,37
			Итого	840,00	86,13
Полдник			Коктейль молочный	200	26,12
		100	Фрукты свежие	100	17,75
			Булочка	80	22,50
			Итого	280,00	48,62
			ИТОГО	1550,00	220,00

Школа		МАОУ "СОШ ст. Тарханы"			
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена
		174	Каша молочная рисовая	150	15,69

Завтрак			Булочка	80	22,50
		377	Чай с лимоном	200	2,97
			Кисломолочный продукт	115	41,00
			Итого	545	82,16
Обед		34	Овощи натуральные свежие	30	10,15
		142	Щи из свежей капусты	45	11,26
		279	Плов с курицей	250	26,80
		378	Чай с шиповником	200	4,10
		2	Фрукты свежие (МО)	200	10,93
			Хлеб пшеничный	20	2,39
			Хлеб ржаной	20	2,87
			Хлеб витаминизированный	40	7,37
			Итого	805	75,87
Полдник			СОК	200	15,00
			Булочка	80	22,50
			Итого	280,00	37,50
			ИТОГО	1630,00	195,53

Школа		МАОУ "СОШ ст. Тарханы"			
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена
Завтрак		679	Каша гречневая рассыпчатая	100,00	6,61
		301	Биточки куриные	60,00	24,26
		456	Соус	50,00	1,70
			Хлеб витаминизированный	40	3,69
			Коктейль молочный	200	26,12
		100	Фрукты свежие	100	17,76
			Итого	550,00	80,14
Обед		35	Огурец соленый	60	10,15
		155	Суп рисовый с курицей	250,00	10,61
		132	Картофель тушеный с курицей	230	22,72
		31	Напиток фруктово-ягодный	200	12,65
			Булочка (МО)	200	9,80
			Хлеб пшеничный	250,00	2,39
			Хлеб ржаной	150,00	2,87
			Хлеб витаминизированный	80,00	7,37
			Итого	1420,00	78,56
Полдник			СОК	200	15,00
			Булочка	80	22,50
			Итого	280,00	37,50
			ИТОГО	2250,00	196,20

Школа		МАОУ "СОШ ст. Тарханы"			
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена
Завтрак		210	Омлет натуральный	150	13,86
		16	Сосиска отварная	60	24,18
			Хлеб витаминизированный	40	3,69

		31	Напиток фруктово-ягодный	200	12,65
			Итого	450	54,38
Обед		173	Кукуруза консервированная	60	11,55
		102/2	Суп гороховый на мясном	250	5,58
		59	Макароны отварные	150	5,25
		368	Гуляш из отварной из говядины	80	60,37
		399	СОК	200	8,70
		2	Фрукты свежие (МО)	180	17,75
			Хлеб пшеничный	20	2,39
			Хлеб ржаной	20	2,87
			Хлеб витаминизированный	40	7,37
			Итого	1000	121,83
Полдник			Коктейль молочный	200	26,12
			Кисломолочный продукт	100	32,27
			Булочка	80	22,50
			Итого	380,00	80,89
			ИТОГО	1830,00	257,10

Школа		МАОУ "СОШ ст. Тарханы"			
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена
Завтрак		176	Каша молочная Дружба	150	15,49
		14	Масло сливочное	10	7,57
		15	Сыр в/сорт	15	9,71
			Хлеб витаминизированный	40	3,69
		378	Чай с шиповником	200	4,10
			Итого	415	40,56
Обед		173	Горшек консервированный	45	8,63
		147	Суп вермишелевый с курицей	250	11,62
		679	Каша гречневая рассыпчатая	150	6,61
		230/2	Котлета рыбная	50	32,65
		456	Соус	50	1,70
		350	Компот из сухофруктов	200	6,03
			Печенье (МО)	40	5,86
			Хлеб пшеничный	20	2,39
			Хлеб ржаной	20	2,87
		Хлеб витаминизированный	40	7,37	
			Итого	865	85,73
Полдник			Коктейль молочный	200	26,12
			Булочка	80	22,50
			Итого	280,00	48,62
			ИТОГО	1560,00	174,91

Школа		МАОУ "СОШ ст. Тарханы"			
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена
		278	Плов с говядиной	150	51,51
			Хлеб витаминизированный	40	3,69

		502	Какао витаминизированный	200	10,22
			Итого	390	65,42
Обед		100	Фрукты свежие (5-11классы)	100	17,75
		145	Суп с фасолью	250	19,16
		59	Макароны отварные	150	5,25
		53	Курица в томатном соусе	80	21,38
		400	Напиток витаминизированный	200	9,36
			Хлеб пшеничный	20	2,39
			Хлеб ржаной	20	2,87
			Хлеб витаминизированный	40	7,37
			Итого	860	85,53
Полдник			СОК	200	15,00
			Фрукты свежие	100	17,75
			Булочка	80	22,50
			Итого	380,00	55,25
			ИТОГО	1630,00	206,20

		День	1 день
Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
173,67	4,66	6,58	24,21
256,00	3,20	9,82	38,80
92,00	1,00	0,20	20,20
138,00	4,34	2,53	18,40
659,67	13,20	19,13	101,61
6,78	0,42	0,06	1,14
133,60	4,72	8,00	10,48
384,58	19,00	13,78	46,10
77,48	0,34	0,12	18,38
44,38	0,38	0,38	9,77
48,40	1,62	0,20	9,76
41,20	1,40	0,24	8,40
104,40	3,20	0,72	21,32
840,82	31,08	23,50	125,35
92,00	1,00	0,20	20,20
107,00	47,20	4,20	10,00
256,00	3,20	9,82	38,80
455,00	51,40	14,22	69,00
1955,49	95,68	56,84	295,96

		День	2 день
Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
128,23	3,84	2,04	23,66
132,00	8,93	6,74	8,97
34,86	0,42	2,05	3,67
104,40	3,20	0,72	21,32
145,00	3,90	3,10	25,16
43,00	0,90	0,20	8,10
587,49	21,19	14,85	90,88
3,90	0,24	0,03	0,51
152,90	4,58	8,08	15,43
287,09	10,12	13,98	30,04
61,86	0,03	0,05	15,83
153,50	3,80	3,05	27,70
48,40	1,62	0,20	9,76
41,20	1,40	0,24	8,40
104,40	3,20	0,72	21,32
853,25	24,99	26,35	128,99
144,00	5,20	4,00	22,00
256,00	3,20	9,82	38,80
400,00	8,40	13,82	60,80
1840,74	54,58	55,02	280,67

		День	3 день
--	--	------	--------

Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
334,20	12,77	17,82	30,72
104,40	3,20	0,72	21,32
144,00	5,20	4,00	22,00
582,60	21,17	22,54	74,04
24,75	2,25	0,09	3,74
168,65	5,33	8,20	18,25
184,80	7,56	1,98	34,26
132,00	8,93	6,74	8,97
34,86	0,42	2,05	3,67
67,96	0,06	0,00	17,88
44,38	0,38	0,38	9,77
48,40	1,62	0,20	9,76
41,20	1,40	0,24	8,40
104,40	3,20	0,72	21,32
851,40	31,15	20,60	136,02
92	1	0,2	20,2
107	47,2	4,2	10
256	3,2	9,816	38,8
455,00	51,40	14,22	69,00
1889,00	103,72	57,36	279,06

		День	4 день
Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
203,07	5,18	6,75	30,61
74,8	0,05	8,25	0,08
54,6	3,48	4,42	0
104,40	3,20	1,36	21,32
77,48	0,34	0,12	18,38
514,35	12,25	20,90	70,39
24,75	2,25	0,09	3,74
193,78	8,27	8,42	21,15
128,23	3,84	2,04	23,66
125,27	14,36	7,38	0,38
34,86	0,42	2,05	3,67
80,00	0,00	0,00	18,60
165,60	3,40	4,52	27,88
48,40	1,62	0,20	9,76
41,20	1,40	0,24	8,40
104,40	3,20	0,72	21,32
946,49	38,76	25,66	138,56
144	5,2	4	22
256	3,2	9,816	38,8
400,00	8,40	13,82	60,80
1860,84	59,41	60,38	269,75

		День	5 день
Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
335,37	25,95	13,59	27,96
256	3,2	9,816	38,8
80	0	0	18,6
671,37	29,15	23,41	85,36
43,00	0,90	0,20	8,10
157,43	5,00	8,10	15,97
161,55	3,36	6,52	22,12
113,00	5,20	10,05	0,40
77,48	0,34	0,12	18,38
48,40	1,62	0,20	9,76
41,20	1,40	0,24	8,40
104,40	3,20	0,72	21,32
746,46	21,02	26,15	104,45
144,00	5,20	4,00	22,00
43,00	0,90	0,20	8,10
256,00	3,20	9,82	38,80
400,00	8,40	13,82	60,80
1817,83	58,57	63,37	250,61

		День	5 день
Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
335,37	25,95	13,59	27,96
256	3,2	9,816	38,8
80	0	0	18,6
671,37	29,15	23,41	85,36
43,00	0,90	0,20	8,10
167,25	8,61	8,40	14,34
161,55	3,36	6,52	22,12
113,00	5,20	10,05	0,40
77,48	0,34	0,12	18,38
48,40	1,62	0,20	9,76
41,20	1,40	0,24	8,40
104,40	3,20	0,72	21,32
756,28	24,63	26,45	102,82
144,00	5,20	4,00	22,00
43,00	0,90	0,20	8,10
256,00	3,20	9,82	38,80
400,00	8,40	13,82	60,80
1827,65	62,18	63,67	248,98

		День	6 день
Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
188,65	4,37	6,43	28,56

256	3,2	9,816	38,8
59,3	0,14	0,04	15,16
138,00	4,34	2,53	18,40
641,95	12,05	18,82	100,92
6,78	0,42	0,06	1,14
133,60	4,72	8,00	10,48
384,58	19,00	13,78	46,10
77,48	0,34	0,12	18,38
44,38	0,38	0,38	9,77
48,40	1,62	0,20	9,76
41,20	1,40	0,24	8,40
104,40	3,20	0,72	21,32
840,82	31,08	23,50	125,35
92	1	0,2	20,2
256	3,2	9,816	38,8
348,00	4,20	10,02	59,00
1830,77	47,33	52,33	285,27

		День	7 день
Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
184,8	7,56	1,98	34,26
132	8,93	6,74	8,97
34,86	0,42	2,05	3,67
104,40	3,20	1,36	21,32
144	5,2	4	22
43	0,9	0,2	8,1
643,06	26,21	16,33	98,32
3,90	0,24	0,03	0,51
152,90	4,58	8,08	15,43
287,09	10,12	13,98	30,04
61,86	0,03	0,05	15,83
153,50	3,80	3,05	27,70
48,40	1,62	0,20	9,76
41,20	1,40	0,24	8,40
104,40	3,20	0,72	21,32
853,25	24,99	26,35	128,99
92	1	0,2	20,2
256	3,2	9,816	38,8
348,00	4,20	10,02	59,00
1844,31	55,40	52,70	286,31

		День	8 день
Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
163,94	10,21	12,66	2,23
113,00	5,20	10,05	0,40
104,40	3,20	0,72	21,32

61,86	0,03	0,05	15,83
443,20	18,64	23,48	39,78
24,75	2,25	0,09	3,74
212,30	13,10	8,17	21,50
128,23	3,84	2,04	23,66
205,75	12,70	15,42	4,00
92,00	1,00	0,20	20,20
44,38	0,38	0,38	9,77
48,40	1,62	0,20	9,76
41,20	1,40	0,24	8,40
104,40	3,20	0,72	21,32
901,41	39,49	27,46	122,35
144,00	5,20	4,00	22,00
107,00	47,20	4,20	10,00
256,00	3,20	9,81	38,80
507,00	55,60	18,01	70,80
1851,61	113,73	68,95	232,93

		День	9 день
Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
203,07	5,18	6,75	30,61
74,8	0,05	8,25	0,08
54,6	3,48	4,42	0
104,40	3,20	1,36	21,32
77,48	0,34	0,12	18,38
514,35	12,25	20,90	70,39
24,75	2,25	0,09	3,74
168,65	5,33	8,20	18,25
184,80	7,56	1,98	34,26
132,00	8,93	6,74	8,97
34,86	0,42	2,05	3,67
67,96	0,06	0,00	17,88
165,60	3,40	4,52	27,88
48,40	1,62	0,20	9,76
41,20	1,40	0,24	8,40
104,40	3,20	0,72	21,32
972,62	34,17	24,74	154,13
144	5,2	4	22
256	3,2	9,816	38,8
400	8,4	13,82	60,8
1886,97	54,82	59,46	285,32

		День	10 день
Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
334,2	12,77	17,82	30,72
104,40	3,20	1,36	21,32

145,00	3,90	3,10	25,16
583,60	19,87	22,28	77,20
43,00	0,90	0,20	8,10
137,65	4,45	8,05	11,78
128,23	3,84	2,04	23,66
166,52	6,33	11,16	9,44
80,00	0,00	0,00	18,60
48,40	1,62	0,20	9,76
41,20	1,40	0,24	8,40
104,40	3,20	0,72	21,32
749,40	21,74	22,61	111,06
92	1	0,2	20,2
43,00	0,90	0,20	8,10
256	3,2	9,816	38,8
391,00	5,10	10,22	67,10
1724,00	46,71	55,11	255,36