

Школа МБОУ "Адав-Тулумбаевская СОШ БМР РТ" Отд./корп Дата 05.02.2024

| Прием пищи          | Раздел      | № рецепта | Блюдо                                          | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---------------------|-------------|-----------|------------------------------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак<br>1-4 кл   | гор.блюдо   |           | сосиски халяль отварные                        | 100      |       | 210          | 9     | 18   | 4        |
|                     |             |           | макаронные изделия отварные с маслом сливочным | 155      |       | 189          | 5     | 4    | 32       |
|                     | гор.напиток |           | компот из сухофруктов                          | 200      |       | 93           | 1     | 0    | 22       |
|                     | хлеб        |           | ржаной                                         | 30       |       | 59           | 2     | 0    | 12       |
|                     | закуска     |           | зеленый горошек к/с (доп гарнир)               | 40       | 66,76 | 33           | 1     | 2    | 2        |
| Завтрак 2<br>1-4 кл | булочное    |           | печенье                                        | 20       |       | 64           | 1     | 3    | 9        |
|                     | гор.напиток |           | компот из сухофруктов                          | 200      | 9,20  | 133          | 1     | 0    | 32       |
| Обед<br>5-11 кл     | 2 блюдо     |           | макаронные изделия отварные с маслом сливочным | 155      |       | 189          | 6     | 4    | 32       |
|                     | гарнир      |           | котлета из мяса птицы                          | 90       |       | 198          | 10    | 13   | 14       |
|                     | напиток     |           | чай с сахаром                                  | 200      |       | 40           | 0     | 0    | 10       |
|                     | хлеб бел.   |           | пшеничный                                      | 20       |       | 47           | 2     | 0    | 10       |
|                     | хлеб черн.  |           | ржаной                                         | 20       | 45,00 | 40           | 1     | 0    | 8        |

Согласовано директором:

/И.Г.Ахметшин/



Школа

МБОУ "Адав-Тулумбаевская СОШ БМР РТ"

Отд./корп

Дата

06.02.2024

| Прием пищи | Раздел      | № рецепта | Блюдо                                        | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|-----------|----------------------------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   |           |                                              | 100      |       | 221          | 10    | 11   | 23       |
| 1-4 кл     | гарнир      |           | сырники из творога с молочной кашей "Дружба" | 200      |       | 292          | 13    | 14   | 31       |
|            | гор.напиток |           | чай с сахаром                                | 200      |       | 40           | 0     | 0    | 10       |
|            | хлеб        |           | ржаной                                       | 40       |       | 79           | 3     | 0    | 16       |
|            | фрукты      |           | плоды и ягоды свежие (яблоки)                | 100      |       | 47           | 0     | 0    | 10       |
|            | булочное    |           |                                              |          | 66,76 |              |       |      |          |
| Завтрак 2  | булочка     |           | вафли                                        | 20       |       | 73           | 5     | 7    | 3        |
| 1-4 кл     | гор.напиток |           | чай с сахаром с лимоном                      | 200      | 9,20  | 42           | 0     | 0    | 10       |
| Обед       | булочное    |           | вафли                                        | 30       |       | 110          | 7     | 10   | 5        |
| 5-11 кл    | 1 блюдо     |           | суп-лапша домашняя с мясом птицы             | 260      |       | 133          | 6     | 6    | 12       |
|            | напиток     |           | чай с сахаром с лимоном                      | 200      |       | 41           | 0     | 0    | 10       |
|            | хлеб бел.   |           | пшеничный                                    | 20       |       | 47           | 2     | 0    | 10       |
|            | хлеб черн.  |           | ржаной                                       | 20       | 45,00 | 40           | 1     | 0    | 8        |

Согласовано директором:

/И.Г.Ахметшин/



Школа

МБОУ "Адав-Тулумбаевская СОШ БМР РТ"

Отд./корп

Дата

07.02.2024

| Прием пищи          | Раздел       | № рец | Блюдо                      | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---------------------|--------------|-------|----------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак<br>1-4 кл   | гор.блюдо    |       | гуляш из говядины          | 100      |       | 221          | 10    | 15   | 10       |
|                     | гарнир       |       | каша гречневая рассыпчатая | 150      |       | 214          | 4     | 2    | 40       |
|                     | гор.напиток  |       | чай с сахаром,с лимоном    | 200      |       | 41           | 0     | 0    | 10       |
|                     | хлеб         |       | ржаной                     | 50       |       | 99           | 3     | 0    | 20       |
|                     | кисломолочка |       | сыр порционнo              | 10       |       | 34           | 3     | 3    | 0        |
|                     | закуска      |       |                            |          |       |              |       |      |          |
|                     | булочное     |       |                            |          | 66,76 |              |       |      |          |
| Завтрак 2<br>1-4 кл | булочное     |       | пряники                    | 35       |       | 128          | 2     | 2    | 26       |
|                     | гор.напиток  |       | чай с сахаром              | 200      | 9,20  | 40           | 0     | 0    | 10       |
| Обед<br>5-11 кл     | закуска      |       |                            |          |       |              |       |      |          |
|                     | булочное     |       | булочка сладкая            | 50       |       | 159          | 4     | 6    | 22       |
|                     | 2 блюдо      |       | каша гречневая             | 180      |       | 257          | 5     | 3    | 48       |
|                     | гарнир       |       | гуляш из говядины          | 100      |       | 221          | 10    | 15   | 10       |
|                     | напиток      |       | компот из сухофруктов      | 200      |       | 93           | 0     | 0    | 22       |
|                     | хлеб черн.   |       | ржаной                     | 20       | 45,00 | 40           | 1     | 0    | 8        |

Согласовано директором:  
/И.Г.Ахметшин/



Школа

МБОУ "Адав-Тулумбаевская СОШ БМР РТ"

Отд./корп

Дата

08.02.2024

| Прием пищи          | Раздел      | № рецепта | Блюдо                                                                  | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---------------------|-------------|-----------|------------------------------------------------------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак<br>1-4 кл   | гор.блюдо   |           | котлеты из мяса птицы                                                  | 90       |       | 198          | 10    | 13   | 14       |
|                     | гарнир      |           | пюре картофельное с маслом сливочным                                   | 153      |       | 203          | 4     | 4    | 31       |
|                     | гор.напиток |           | чай с сахаром,с яблоками                                               | 200      |       | 45           | 0     | 0    | 11       |
|                     | хлеб        |           | пшеничный/ржаной                                                       | 50       |       | 106          | 3     | 0    | 29       |
|                     | фрукты      |           |                                                                        |          |       |              |       |      |          |
|                     | закуска     |           | салат из отварной свеклы с маслом растительным                         | 60       |       | 56           | 1     | 4    | 5        |
|                     |             |           |                                                                        |          | 66,76 |              |       |      |          |
| Завтрак 2<br>1-4 кл | булочное    |           | булочка                                                                | 50       |       | 121          | 4     | 2    | 22       |
|                     | гор.напиток |           | компот из свежих яблок                                                 | 200      | 9,20  | 115          | 0     | 0    | 28       |
| Обед<br>5-11 кл     | булочное    |           | печенье                                                                | 40       |       | 163          | 3     | 4    | 29       |
|                     | 1 блюдо     |           | суп крестьянский с крупой(пшено) с куриными фрикадельками, со сметаной | 265      |       | 105          | 3     | 7    | 7        |
|                     | напиток     |           | кисель                                                                 | 200      |       | 124          | 1     | 0    | 30       |
|                     | хлеб бел.   |           | пшеничный                                                              | 20       |       | 47           | 2     | 0    | 10       |
|                     | хлеб черн.  |           | ржаной                                                                 | 20       |       | 40           | 1     | 0    | 8        |

Согласовано директором:

/И.Г.Ахметшин/



Школа МБОУ "Адав-Тулумбаевская СОШ БМР РТ" Отд./корп Дата 09.02.2024

| Прием пищи            | Раздел       | № рецепта | Блюдо                                       | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|-----------------------|--------------|-----------|---------------------------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак<br><br>1-4 кл | гор.блюдо    |           |                                             |          |       |              |       |      |          |
|                       | гарнир       |           | пельмени мясные отварные с маслом сливочным | 155      |       | 296          | 9     | 11   | 31       |
|                       | гор.напиток  |           | кофейный напиток с молоком                  | 200      |       | 101          | 3     | 3    | 16       |
|                       | хлеб         |           | пшеничный/ржаной                            | 55       |       | 100          | 4     | 1    | 25       |
|                       | фрукты       |           | плоды и ягоды свежие (яблоко)               | 100      |       | 47           | 0     | 0    | 10       |
|                       | кисломолочка |           | сыр порционно                               | 15       |       | 52           | 4     | 4    | 0        |
|                       |              |           |                                             |          | 66,76 |              |       |      |          |
| Завтрак 2<br>1-4 кл   | булочное     |           | печенье                                     | 30       |       | 125          | 2     | 3    | 22       |
|                       | гор.напиток  |           | чай с сахаром                               | 200      | 9,20  | 40           | 0     | 0    | 10       |
| Обед<br><br>5-11 кл   | закуска      |           |                                             |          |       |              |       |      |          |
|                       | 1 блюдо      |           |                                             |          |       |              |       |      |          |
|                       | 2 блюдо      |           | макаронные изделия отварные                 | 180      |       | 175          | 5     | 4    | 30       |
|                       | гарнир       |           | тефтели мясные в сметанно-томатном соусе    | 100      |       | 124          | 7     | 12   | 8        |
|                       | напиток      |           | чай с сахаром, с лимоном                    | 200      |       | 41           | 0     | 0    | 10       |
|                       | хлеб бел.    |           | пшеничный                                   | 20       |       | 47           | 2     | 0    | 10       |
|                       | хлеб черн.   |           | ржаной                                      | 20       | 45,00 | 40           | 1     | 0    | 8        |
|                       |              |           |                                             |          |       |              |       |      |          |

Согласовано директором:

/И.Г.Ахметшин/



*[Handwritten signature]*

Школа

МБОУ "Адав-Тулумбаевская СОШ БМР РТ"

Отд./корп

Дата

10.02.2024

| Прием пищи               | Раздел      | № рецепта | Блюдо                                                       | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|--------------------------|-------------|-----------|-------------------------------------------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак<br><br>1-4 класс | гор.блюдо   |           | биточки рыбные                                              | 90       |       | 223          | 4     | 6    | 38       |
|                          | гарнир      |           | рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным                 | 153      |       | 224          | 4     | 7    | 38       |
|                          | гор.напиток |           | чай с сахаром с лимоном                                     | 200      |       | 41           | 0     | 0    | 10       |
|                          | хлеб        |           | ржаной                                                      | 30       |       | 59           | 2     | 0    | 12       |
|                          | салат       |           | салат из квашеной капусты                                   | 60       |       | 51           | 1     | 3    | 5        |
|                          |             |           |                                                             |          |       |              |       |      |          |
|                          |             |           |                                                             |          | 66,76 |              |       |      |          |
| Завтрак 2<br>1-4 класс   | булочное    |           | пряники                                                     | 35       |       | 128          | 2     | 2    | 26       |
|                          | гор.напиток |           | чай с сахаром                                               | 200      | 9,20  | 40           | 0     | 0    | 10       |
| Обед<br><br>5-11 класс   | закуска     |           |                                                             |          |       |              |       |      |          |
|                          | 1 блюдо     |           | борщ из свежей капусты с мясными фрикадельками, со сметаной | 265      |       | 131          | 4     | 7    | 11       |
|                          | булочное    |           | печенье                                                     | 30       |       | 122          | 2     | 3    | 22       |
|                          | напиток     |           | напиток из изюма                                            | 200      |       | 122          | 0     | 0    | 30       |
|                          | хлеб черн.  |           | ржаной                                                      | 20       |       | 40           | 1     | 0    | 8        |

Согласовано директором:

/И.Т.Ахметшин/



Школа МБОУ "Адав-Тулумбаевская СОШ БМР РТ" Отд./корп Дата 12.02.2024

| Прием пищи         | Раздел      | № рец. | Блюдо                                    | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|--------------------|-------------|--------|------------------------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак            | гор.блюдо   |        | котлеты из мяса кур                      | 90       |       | 198          | 10    | 13   | 14       |
| 1-4 класс          | гарнир      |        | каша пшенная молочная с маслом сливочным | 183      |       | 217          | 4     | 5    | 37       |
|                    | гор.напиток |        | чай "Витаминный" с шиповником            | 200      |       | 54           | 0     | 0    | 12       |
|                    | хлеб        |        | Ржаной/пшеничный                         | 55       |       | 119          | 4     | 0    | 24       |
|                    |             |        |                                          |          | 66,76 |              |       |      |          |
| Завтрак 2          | булочное    |        | пряники                                  | 35       |       | 128          | 2     | 2    | 26       |
| 1-4 класс          | гор.напиток |        | чай с сахаром с яблоками                 | 200      | 9,20  | 45           | 0     | 0    | 11       |
| обед<br>5-11 класс | 2 блюдо     |        | каша пшенная молочная                    | 200      |       | 40           | 0     | 0    | 10       |
|                    | гарнир      |        | сосиски отварные                         | 90       |       | 210          | 6     | 7    | 32       |
|                    | напиток     |        | чай с сахаром                            | 200      |       | 40           | 0     | 0    | 10       |
|                    | хлеб бел.   |        | пшеничный                                | 20       |       | 47           | 2     | 0    | 10       |
|                    | хлеб черн.  |        | ржаной                                   | 20       | 45,00 | 40           | 1     | 0    | 8        |

Согласовано директором:  
/И.Г.Ахметшин/



Школа

МБОУ "Адав-Тулумбаевская СОШ БМР РТ"

Отд./корп

Дата

13.02.2024

| Прием пищи             | Раздел      | № рец. | Блюдо                                                   | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------------------|-------------|--------|---------------------------------------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак<br>1-4 класс   | гор.блюдо   |        | плов из говядины с рисовой крупой                       | 200      |       | 408          | 16    | 20   | 40       |
|                        | гарнир      |        |                                                         |          |       |              |       |      |          |
|                        | гор.напиток |        | чай с сахаром                                           | 200      |       | 40           | 0     | 0    | 10       |
|                        | хлеб        |        | Ржаной/пшеничный                                        | 20/25    |       | 99           | 3     | 0    | 20       |
|                        | фрукты      |        | плоды и ягоды свежие (яблоки)                           | 100      |       | 47           | 0     | 0    | 10       |
|                        |             |        |                                                         |          | 66,76 |              |       |      |          |
| Завтрак 2<br>1-4 класс | булочное    |        | печенье                                                 | 20       |       | 64           | 1     | 2    | 9        |
|                        | гор.напиток |        | чай "Витаминный с шиповником"                           | 200      | 9,20  | 54           | 0     | 0    | 12       |
| Обед                   | булочное    |        | вафли                                                   | 30       |       | 110          | 7     | 10   | 5        |
|                        | 1 блюдо     |        | щи из свежей капусты с картофелем, с мясом, со сметаной | 265      |       | 113          | 5     | 6    | 8        |
|                        | напиток     |        | компот из свежих яблок                                  | 200      |       | 75           | 0     | 0    | 18       |
|                        | хлеб черн.  |        | ржаной                                                  | 20       | 45,00 | 40           | 1     | 0    | 8        |
|                        |             |        |                                                         |          |       |              |       |      |          |

Согласовано директором:

И.Г.Ахметшин



Школа

МБОУ "Адав-Тулумбаевская СОШ БМР РТ"

Отд./корп

Дата

14.02.2024

| Прием пищи             | Раздел      | № рец. | Блюдо                                    | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------------------|-------------|--------|------------------------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак<br>1-4 класс   | гор.блюдо   |        | рыба, тушеная с мясом в томате с овощами | 100      |       | 105          | 9     | 6    | 4        |
|                        | гарнир      |        | пюре картофельное                        | 150      |       | 157          | 3     | 7    | 20       |
|                        | гор.напиток |        | компот из свежих яблок                   | 200      |       | 75           | 0     | 0    | 18       |
|                        | хлеб        |        | пшеничный                                | 35       |       | 82           | 3     | 0    | 17       |
|                        | фрукты      |        |                                          |          |       |              |       |      |          |
|                        | доп.гарнир  |        | капуста тушеная                          | 50       |       | 38           | 1     | 2    | 5        |
|                        |             |        |                                          |          | 66,76 |              |       |      |          |
| Завтрак 2<br>1-4 класс | булочное    |        | пряники                                  | 35       |       | 128          | 2     | 2    | 26       |
|                        | гор.напиток |        | чай с сахаром                            | 200      | 9,20  | 40           | 0     | 0    | 10       |
| Обед                   | 2 блюдо     |        | пюре картофельное                        | 180      |       | 188          | 4     | 8    | 25       |
|                        | гарнир      |        | рыба, тешеная в томате с овощами         | 100      |       | 105          | 9     | 6    | 4        |
|                        | напиток     |        | кисель                                   | 200      |       | 124          | 0     | 0    | 30       |
|                        | хлеб бел.   |        | пшеничный                                | 20       |       | 47           | 2     | 0    | 10       |
|                        | хлеб черн.  |        | ржаной                                   | 20       | 45,00 | 40           | 1     | 0    | 8        |

Согласовано директором:  
/И.Г.Ахметшин/



Школа

МБОУ "Адав-Тулумбаевская СОШ БМР РТ"

Отд./корп

Дата

15.02.2024

| Прием пищи               | Раздел      | № рецепта | Блюдо                                                        | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|--------------------------|-------------|-----------|--------------------------------------------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак<br><br>1-4 класс | гор.блюдо   |           | тефтели куриные с гречневой крупой в сметанно-томатном соусе | 100      |       | 118          | 3     | 5    | 10       |
|                          | гарнир      |           | макаронные изделия отварные с маслом сливочным               | 183      |       | 222          | 7     | 8    | 32       |
|                          | гор.напиток |           | какао с молоком                                              | 200      |       | 79           | 4     | 4    | 8        |
|                          | хлеб        |           | пшеничный                                                    | 30       |       | 71           | 2     | 0    | 15       |
|                          |             |           |                                                              |          | 66,76 |              |       |      |          |
| Завтрак 2<br>1-4 класс   | булочное    |           | булочка "Домашняя"                                           | 50       |       | 159          | 4     | 6    | 22       |
|                          | гор.напиток |           | компот из урюка                                              | 200      | 9,20  | 115          | 0     | 0    | 28       |
| Обед<br><br>5-11 класс   | булочное    |           | печенье                                                      | 40       |       | 163          | 3     | 4    | 29       |
|                          | 1 блюдо     |           | суп картофельный с горохом, с куриными фрикадельками         | 260      |       | 169          | 7     | 7    | 17       |
|                          | напиток     |           | компот из урюка                                              | 200      |       | 76           | 1     | 0    | 18       |
|                          | хлеб бел.   |           | пшеничный                                                    | 20       |       | 47           | 2     | 0    | 10       |
|                          | хлеб черн.  |           | ржаной                                                       | 20       | 45,00 | 40           | 1     | 0    | 8        |

Согласовано директором:  
/И.Г.Ахметшин/



*[Handwritten signature]*

Школа

МБОУ "Адав-Тулумбаевская СОШ БМР РТ"

Отд./корп

Дата

16.02.2024

| Прием пищи             | Раздел      | № рец. | Блюдо                         | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------------------|-------------|--------|-------------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак<br>1-4 класс   | гор.блюдо   |        | овощи тушеные с мясом         | 200      |       | 191          | 5     | 5    | 22       |
|                        | гор.напиток |        | компот из сухофруктов         | 200      |       | 93           | 1     | 0    | 22       |
|                        | хлеб        |        | пшеничный                     | 30       |       | 71           | 2     | 0    | 15       |
|                        | фрукты      |        | плоды и ягода свежие (яблоки) | 100      |       | 47           | 0     | 0    | 10       |
|                        | булочное    |        |                               |          | 66,76 |              |       |      |          |
| Завтрак 2<br>1-4 класс | булочное    |        | печенье                       | 20       |       | 64           | 1     | 3    | 9        |
|                        | гор.напиток |        | чай с сахаром с яблоками      | 200      | 9,20  | 45           | 0     | 0    | 11       |
| обед<br>5-11 класс     | 2 блюдо     |        | овощи тушеные с мясом         | 200      |       | 272          | 12    | 16   | 19       |
|                        | булочное    |        | печенье                       | 30       |       | 122          | 2     | 3    | 22       |
|                        | напиток     |        | чай с сахаром с лимоном       | 200      |       | 41           | 0     | 0    | 10       |
|                        | хлеб черн.  |        | ржаной                        | 20       | 45,00 | 40           | 1     | 0    | 8        |



Согласовано директором:

И.Г.Ахметшин/

Буинского  
муниципального  
района РТ"

Школа МБОУ "Адав-Тулумбаевская СОШ БМР РТ" Отд./корп Дата 17.02.2024

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо                                               | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|-----------------------------------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   |        | котлеты "Аппетитные"                                | 90       |       | 214          | 13    | 12   | 13       |
| 1-4 класс  | гарнир      |        | каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным       | 153      |       | 234          | 4     | 4    | 40       |
|            | гор.напиток |        | чай с сахаром, с лимоном                            | 200      |       | 41           | 0     | 0    | 10       |
|            | хлеб        |        | пшеничный                                           | 30       |       | 71           | 2     | 0    | 15       |
|            | салат       |        | из отварной моркови и свеклы с зеленым порошком к/с | 60       | 66,76 | 41           | 1     | 2    | 4        |
| Завтрак 2  | булочка     |        | печенье                                             | 30       |       | 125          | 2     | 3    | 22       |
| 1-4 класс  | гор.напиток |        | чай с сахаром                                       | 200      | 9,20  | 40           | 0     | 0    | 10       |
| Обед       | 1 блюдо     |        | солянка по-домашнему, со сметаной                   | 260      |       | 185          | 8     | 11   | 8        |
| 5-11 класс | напиток     |        | компот из свежих яблок                              | 200      |       | 75           | 0     | 0    | 18       |
|            | хлеб черн.  |        | ржаной                                              | 30       | 45,00 | 59           | 2     | 0    | 12       |

