

Школа

МБОУ "Адав-Тулумбаевская СОШ БМР РТ"

Отд./корп

Дата

22.01.2024

Прием пищи	Раздел	№ рецепта	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		сосиски халяль отварные	100		210	9	18	4
1-4 кл	гарнир		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	булочное		печенье	20		64	1	3	9
1-4 кл	гор.напиток		компот из сухофруктов	200	9,20	133	1	0	32
Обед	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 23.01.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец	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 24.01.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 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 порционно	10		34	3	3	0
	закуска								
	булочное				66,76				
Завтрак 2 1-4 кл	булочное		пряники	35		128	2	2	26
	гор.напиток		чай с сахаром	200	9,20	40	0	0	10
Обед 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

25.01.2024

Прием пищи	Раздел	№ рецепта	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 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 1-4 кл	булочное		булочка	50		121	4	2	22
	гор.напиток		компот из свежих яблок	200	9,20	115	0	0	28
Обед 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

26.01.2024

Прием пищи	Раздел	№ рецепта	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
1-4 кл	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	булочное		печенье	30		125	2	3	22
1-4 кл	гор.напиток		чай с сахаром	200	9,20	40	0	0	10
Обед	закуска								
5-11 кл	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/



Школа МБОУ "Адав-Тулумбаевская СОШ БМР РТ" Отд./корп Дата 27.01.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 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 1-4 класс	булочное		пряники	35		128	2	2	26
	гор.напиток		чай с сахаром	200	9,20	40	0	0	10
Обед 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.Г.Ахметшин/



Школа МБОУ "Адав-Тулумбаевская СОШ БМР РТ" Отд./корп Дата 29.01.2024

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 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 30.01.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 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 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 31.01.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 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 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

01.02.2024

Прием пищи	Раздел	№ рецепта	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 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 1-4 класс	булочное		булочка "Домашняя"	50		159	4	6	22
	гор.напиток		компот из урюка	200	9,20	115	0	0	28
Обед 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/



Школа

МБОУ "Адав-Тулумбаевская СОШ БМР РТ"

Отд./корп

Дата

02.02.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 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 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 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/



Школа

МБОУ "Адав-Тулумбаевская СОШ БМР РТ"

Отд./корп

Дата

03.02.2024

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
					66,76				
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

Согласовано директор:
/И.Г.Ахметшин/

