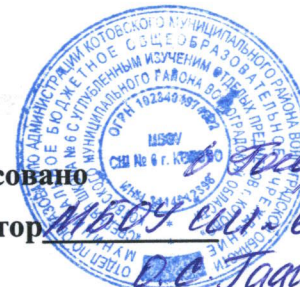




Утверждаю



Согласовано

Директор

М.В. Котова
Д.С. Тагирханова
15.09.25

1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
Щи из свежей капусты с картофелем на м/к бульоне №88	200	1,41	3,96	6,32	71,80	88
Котлеты рубленные из птицы №294	90	14,60	15,60	13,40	252,60	294
Макаронные изделия отварные с маслом №203	150	5,10	9,15	34,20	244,50	203
Компот из смеси сухофруктов № 639	200	0,40	0,00	20,40	84,30	639
Хлеб пшеничный	30	3,90	0,50	24,10	116,80	ТТК №6
Итого за прием пищи:	670	25,41	29,21	98,42	770,00	
	130 р					

Утверждаю



Согласовано

Директор



2 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
Суп из овощей на м/к бульоне №99	200	1,50	3,00	8,80	71,70	99
Плов из птицы №492	200	20,30	24,00	32,40	345,80	492
Чай с сахаром №685	200	0,00	0,00	15,00	58,00	685
Хлеб пшеничный	30	3,90	0,50	24,10	116,80	ТТК №6
Итого за прием пищи:	630	25,70	27,50	80,30	592,30	
	130 р					

М.Б. О.Ч. ш. 6 г. Котово
О.С. Тагирханмуратова
15.09.25

Утверждаю



3 день

Согласовано

Директор



МБОУ лиц. 6 г. Котово
О. С. Тагирханова
15.09.25

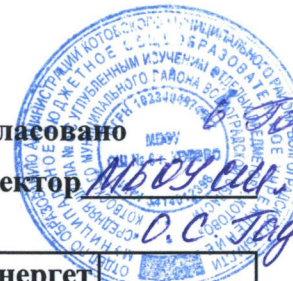
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
Суп картофельный с макаронными изделиями на м/к бульоне № 103	200	2,15	2,27	13,96	94,60	103
Гуляш из птицы №311 К	100	9,60	10,70	3,00	168,10	311К
Каша гречневая №303	150	4,90	5,34	21,80	155,00	303
Чай с лимоном №686	200	0,30	0,00	15,20	60,00	686
Хлеб пшеничный	30	3,90	0,50	24,10	116,80	ТТК №6
Итого за прием пищи:	680	20,85	18,81	78,06	594,50	
	130 р					

Утверждаю



Согласовано

Директор



4 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
Борщ с капустой и картофелем на м/к бульоне № 82	200	1,44	15,74	8,75	83,00	82
Тефтели с рисом, соусом томатным №307К/363К	90/30	11,3	11,3	14,1	205,6	307/363
Рис отварной №304	150	3,80	5,40	38,90	219,30	304
Чай с сахаром №685	200	0,00	0,00	15,00	58,00	685
Хлеб пшеничный	30	3,90	0,50	24,10	116,80	ТТК №6
Итого за прием пищи:	580	20,44	32,94	100,85	682,70	
	130 р					

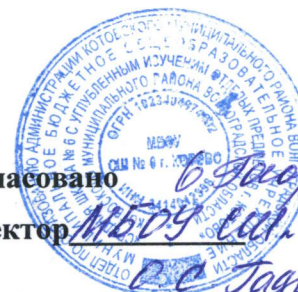
МБОУ СОШ № 6 г. Комово
О.С. Семеновская
15.09.25

Утверждаю



Согласовано

Директор



М.Б. 09 с. 6 ч. Котово
Т.А. Тагирсалимаганова
15.09.25

5 день

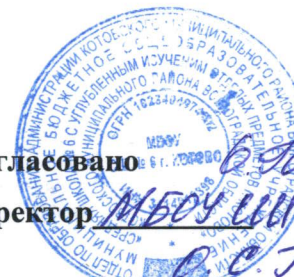
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
Суп картофельный с бобовыми на м/к бульоне №102	200	4,40	4,21	13,22	118,60	102
Котлета рубленая с белокочанной капустой №455	90	11,70	13,70	12,00	216,90	455
Макаронные изделия отварные с маслом №203	150	5,10	9,15	34,20	244,50	203
Чай с сахаром Каркаде №685	200	0,00	0,00	9,20	42,00	685
Хлеб пшеничный	30	3,90	0,50	24,10	116,80	ТТК №6
Итого за прием пищи:	700	28,40	28,16	109,82	829,30	
	130 р					

Утверждаю



Согласовано

Директор



6 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
Щи из свежей капусты с картофелем на м/к бульоне №88	200	1,4	4,0	6,3	71,8	88
Тефтели с рисом, соусом томатным №307К/363К	90/30	11,3	11,3	14,1	205,6	307/363
Каша вязкая гречневая №303	150	4,9	5,3	21,8	155,0	303
Компот из смеси сухофруктов №348	200	0,5	0,1	27,4	112,6	348
Хлеб пшеничный	30	3,9	0,5	24,1	116,8	ТТК №6
Итого за прием пищи:	790	22,0	21,2	93,7	661,8	
	130 р					

МБОУ ЦМБ Ч. Комово

В.С. Тагирисмаилов
15.09.25

Утверждаю



Согласовано

Директор



М.О.У. с.п. 6-е. Кетово
О.С. Тодисифрамаганова
15.09.25

7 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
Суп из овощей на м/к бульоне №99	200	1,5	3,0	8,8	71,7	99
Рагу из птицы №289	200	12,8	12,7	15,2	208,0	289
Чай с сахаром №685	200	0,00	0,00	15,00	58,00	685
Хлеб пшеничный	30	3,9	0,5	24,1	116,8	ТТК №6
Итого за прием пищи:	630	18,2	16,2	63,1	454,5	

130 р

Утверждаю



Согласовано

Директор



15.09.25
О.С. Лисица

8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
Борщ с капустой и картофелем на м/к бульоне №82	200	1,4	15,7	8,8	83,0	82
Котлета рубленая из птицы №294	90	14,6	15,6	13,4	252,6	294
Рис отварной №304	150	3,8	5,4	38,9	219,3	304
Соус томатный №363	30	0,4	1,4	2,0	24,5	363
Чай с лимоном №686	200	0,30	0,00	15,20	60,00	686
Хлеб пшеничный	30	3,9	0,5	24,1	116,8	ТТК№6
Итого за прием пищи:	700	24,4	38,6	102,4	756,2	
	130 р					

Утверждаю



Согласовано

Директор



В. С. Тугишбаева
15.09.25

9 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
Суп картофельный с макаронными изделиями на м/к бульоне №103	200	2,2	2,3	14,0	94,6	103
Гуляш из птицы №311 К	100	9,6	10,7	3,0	168,1	311К
Каша вязкая гречневая №303	150	4,9	5,3	21,8	155,0	303
Компот из смеси сухофруктов №348	200	0,5	0,1	27,4	112,6	348
Хлеб пшеничный	30	3,9	0,5	24,1	116,8	ТТК №6
Итого за прием пищи:	680	21,1	18,9	90,3	647,1	
	130 р					

Утверждаю



10 день

Согласовано

Директор



Б. Г. Кошова
В. С. Тагисарамашов
15.09.25

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Ланч						
Суп картофельный с бобовыми на м/к бульоне №102	200	4,4	4,2	13,2	118,6	102
Плов из птицы №492	200	20,3	24,0	32,4	345,8	492
Чай с сахаром Каркаде №685	200	0,00	0,00	9,20	42,00	685
Хлеб пшеничный	30	3,9	0,5	24,1	116,8	ТТК№6
Итого за прием пищи:	630	28,6	28,7	78,9	623,2	
	130 р					