



Утверждаю  
Директор МБОУ "Косьинская  
СОШ"

Жопаигородский Е. С.

## МЕНЮ

понедельник 1 неделя  
по столовой МБОУ "Косьинская СОШ"

МБОУ "Косьинская" СОШ 1-4 кл

### ОБЕД

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
408(050)	Соус сметанный	0,050		0,78875	4,67	1,78	52,93
ГТК69(	запеканка картофельная с печенью	0,180		12,80988	6,40908	27,00492	217,77
150(50)	икра кабачковая	0,050		1	4,5	4,3	61
ГТК23/ 113(200	ГТК Суп картофельный с бобовыми	0,200		8,18	6,64	16,94	160,38
469(180)	напиток из шиповника	0,180		0,612	0,252	17,676	87,03
Итого			0,00				

### ХЛЕБ

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
X(50/30)	Хлеб (хлеб пш.50, хлеб бел.30)	0,080		6,02	0,73	39,24	188,9
Итого			0,00				
Итого по группе			0,00	29,4106	23,2011	106,94092	768,01

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



Утверждаю  
Директор МБОУ "Косынская  
СОШ"

Копайгородский Е. С.

## МЕНЮ

вторник 1 неделя  
по столовой МБОУ "Косынская СОШ"

МБОУ "Косынская" СОШ 1-4 кл

### ОБЕД

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
256(150)	Макаронные изделия отварные	0,150		5,811	5,421	35,574	214,08
410(050)	Соус сметанный с томатом	0,050		1,8175	9,3395	4,5075	110,82
308(90)	Котлеты рыбные любительские	0,090		13,06	4,99	5,5	119,74
ТТК32/	ТТК Свекольник с говядиной	0,200		5,41	7,4	13,26	141,37
ТТК	Компот из смеси сухофруктов	0,180		0,027	0	10,287	40,91
Итого			0,00				

### ХЛЕБ

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
X(50/30)	Хлеб (хлеб пш.50, хлеб бел.30)	0,080		6,02	0,73	39,24	188,9
Итого			0,00				
Итого по группе			0,00	32,1455	27,8805	108,3685	815,82

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Утверждаю  
Директор МБОУ "Косьинская  
СОШ"



**МЕНЮ**  
среда 1 неделя  
по столовой МБОУ "Косьинская СОШ"

**МБОУ "Косьинская" СОШ 1-4 кл**

**ОБЕД**

№ рецеп.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
202	Каша гречневая рассыпчатая	0,150		8,67708	6,4365	39,18838	249,05
419(050)	Соус томатный	0,050		0,6375	1,84	4,08	35,88
339(90)	Котлеты из говядины	0,090		16,95	16,12	15,83	274,44
ТТК21(	Уха рыбацкая	0,200		5,36	1,96	12,09	87,81
ТТК	Компот из смеси сухофруктов	0,180		0,027	0	10,287	40,91
	Итого		0,00				

**ХЛЕБ**

№ рецеп.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
Х(50/30)	Хлеб (хлеб пш.50, хлеб бел.30)	0,080		6,02	0,73	39,24	188,9
	Итого		0,00				
	Итого по группе		0,00	37,6716	27,0865	120,71538	876,99

---



---



---

Утверждено  
 Директор МБОУ "Косьинская  
 СОШ"



Копайгородский Е. С.



## МЕНЮ

четверг 1 неделя  
 по столовой МБОУ "Косьинская СОШ"

### МБОУ "Косьинская" СОШ 1-4 кл

#### ОБЕД

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
129(200)	суп куриный с макаронными изделиями и картофелем	0,200		7,16426	7,45615	1,43362	101,36
ГТК	Компот из смеси сухофруктов	0,180		0,027	0	10,287	40,91
Ваф(030)	Вафли	0,030		0,96	0,84	24,33	102,63
376	Рагу из птицы	0,200		20,2695	20,2712	19,137	340,46
Итого			0,00				

#### ХЛЕБ

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
X(50/30)	Хлеб (хлеб пш.50, хлеб бел.30)	0,080		6,02	0,73	39,24	188,9
Итого			0,00				
Итого по группе			0,00	34,4408	29,2974	94,42762	774,26

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



## МЕНЮ

пятница 1 неделя  
 по столовой МБОУ "Косынская СОШ"

МБОУ "Косынская"СОШ 1-4 кл

### ОБЕД

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
ТТК63(403)	Пюре картофельное	0,150		4,01864	5,3042	22,37934	154
	Соус молочный к блюдам	0,050		1,73	3,44	4,61	56,87
307(90)	Котлеты или биточки рыбные	0,090		12,31	5,01	10,02	134,86
ТТК25(200)	Щи из свежей капусты с картофелем	0,200		5,1154	8,089	6,654	120,47
469(180)	напиток из шиповника	0,180		0,612	0,252	17,676	87,03
Итого			0,00				

### ХЛЕБ

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
Х(50/30)	Хлеб (хлеб пш.50, хлеб бел.30)	0,080		6,02	0,73	39,24	188,9
Итого			0,00				
Итого по группе			0,00	29,806	22,8252	100,57934	742,13

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



## МЕНЮ

понедельник 2 неделя  
 по столовой МБОУ "Косынская СОШ"

МБОУ "Косынская" СОШ 1-4 кл

### ОБЕД

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
143(30)	гренки из пшеничного хлеба	0,030		2,28	0,24	14,76	70,5
171(150)	картофель, тушеный с луком и томатом	0,150		4,48	5,587	29,834	189,11
357(90)	Оладья из пчени по-купечески	0,090		17,76	8,8	15,28	213,19
ТТК45/	суп из овощей	0,200		5,30067	8,15314	8,82885	130,3
ТТК	Компот из смеси сухофруктов	0,180		0,027	0	10,287	40,91
Итого			0,00				

### ХЛЕБ

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
X(50/30)	Хлеб (хлеб пш.50, хлеб бел.30)	0,080		6,02	0,73	39,24	188,9
Итого			0,00				
Итого по группе			0,00	35,8677	23,5101	118,22985	832,91



**МЕНЮ**  
 вторник 2 неделя  
 по столовой МБОУ "Косьинская СОШ"

**МБОУ "Косьинская" СОШ 1-4 кл**

**ОБЕД**

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
385	Рис отварной	0,150		3,792	5,42775	39,60375	222,43
403	Соус молочный к блюдам	0,050		1,73	3,44	4,61	56,87
310(90)	Шницель рыбный натуральный	0,090		14,41	5,24	9,56	141,57
123(200)	Суп картофельный с фрикадельками	0,200		8,7235	8,22968	14,45951	167,03
469(180)	напиток из шиповника	0,180		0,612	0,252	17,676	87,03
586(020)	Печенье молочное	0,020		1,16	5,9	11,7	99,6
Итого			0,00				

**ХЛЕБ**

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
X(50/30)	Хлеб (хлеб пш.50, хлеб бел.30)	0,080		6,02	0,73	39,24	188,9
Итого			0,00				
Итого по группе			0,00	36,4475	29,2194	136,84926	963,43

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Утверждаю  
 Директор МБОУ "Косьинская  
 СОШ"

*Е. С. Копаигородский*

Копаигородский Е. С.



## МЕНЮ

среда 2 неделя  
 по столовой МБОУ "Косьинская СОШ"

### МБОУ "Косьинская" СОШ 1-4 кл

#### ОБЕД

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
329(200)	Бигус	0,200		20,118	18,73	9,376	288,24
ТТК72/	Уха с крупой	0,200		5,86	1,7	10,8	82,18
ТТК	Компот из смеси сухофруктов	0,180		0,027	0	10,287	40,91
541(60)	Булочка ванильная	0,060		4,85063	5,18077	34,57161	207,12
Итого			0,00				

#### ХЛЕБ

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
X(50/30)	Хлеб (хлеб пш.50, хлеб бел.30)	0,080		6,02	0,73	39,24	188,9
Итого			0,00				
Итого по группе			0,00	36,8756	26,3408	104,27461	807,35





Утверждаю  
Директор МБОУ "Косынская  
СОШ"

*Копайгородский Е. С.*

## МЕНЮ

четверг 2 неделя  
по столовой МБОУ "Косынская СОШ"

МБОУ "Косынская" СОШ 1-4 кл

### ОБЕД

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
177(150 )	Рагу из овощей с томатным соусом (ТК №419)	0,150		2,97471	7,16266	17,36132	146,94
ТТК31/	Суп картофельный с курицей	0,200		8,9644	10,401	15,7418	192,63
ТТК	Компот из смеси сухофруктов	0,180		0,027	0	10,287	40,91
372(90)	котлеты из птицы припущенные	0,090		17,98381	19,33262	11,32389	291,2
	Итого		0,00				

### ХЛЕБ

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
X(50/30)	Хлеб (хлеб пш.50, хлеб бел.30)	0,080		6,02	0,73	39,24	188,9
	Итого		0,00				
	Итого по группе		0,00	35,9699	37,6263	93,95401	860,58

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



Утверждаю  
Директор МБОУ "Косинская  
СОШ"

Копайгородский Е. С.

## МЕНЮ

пятница 2 неделя  
по столовой МБОУ "Косинская СОШ"

МБОУ "Косинская" СОШ 1-4 кл

### ОБЕД

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
ТТК63(	Пюре картофельное	0,150		4,01864	5,3042	22,37934	154
300(90)	Рыба, запеченная в омлете	0,090		18,2	7,84	3,61	158,38
ТТК26(	борщ с картофелем со смет.	0,200		5,51456	8,4028	11,77796	145,17
469(180	напиток из шиповника	0,180		0,612	0,252	17,676	87,03
Ваф(020	Вафли	0,020		0,64	0,56	16,22	68,42
X(50/30	Хлеб (хлеб пш.50, хлеб бел.30)	0,080		6,02	0,73	39,24	188,9
	Итого		0,00				
	Итого по группе		0,00	35,0052	23,089	110,9033	801,9

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_