



Утверждаю

Директор
МБОУ СОШ с. ВОСТОК
В.А. Миниханова/

МЕНЮ

12 декабря 2023 г.

Завтрак (7-11)лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2008	287	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	100/50	43,38	15,2	23	16,3	322
2008	323	ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ	150	12,31	8,5	6,1	36,8	230
		ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	60	14,36	0,7	0,1	2,3	14
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,55	1,9	0,3	11,6	55
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	4,04			13,8	55
Итого				76,64	26,3	29,5	80,8	676
Всего				76,64	26,3	29,5	80,8	676

Мед. сестра О.В. Филина

Заведующий Е.А. Неверова



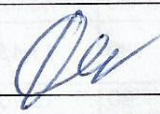
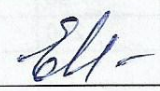
Утверждаю
Директор
МБОУ СОШ с. ВОСТОК
Е.А. Миниханова/

МЕНЮ

12 декабря 2023 г.

Завтрак (12-18)лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2008	287	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	120/50	58,55	20,5	31,4	21,9	436
2008	323	ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ	180	14,77	10,2	7,3	44	276
		ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	100	23,93	1	0,2	3,5	22
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,55	1,9	0,3	11,6	55
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	4,04			13,8	55
Итого				103,84	33,6	39,2	94,8	844
Всего				103,84	33,6	39,2	94,8	844

Мед. сестра  О.В. Филина
Заведующий  Е.А. Неверова

Утверждаю

Директор
МБОУ СОШ с. ВОСТОК
/В.А. Миниханова/



МЕНЮ

12 декабря 2023 г.

Завтрак, обед (ОВЗ) 7-11 лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
2008	287	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	100/50	43,55	15,2	23	16,3	322
2008	323	ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ	150	12,32	8,5	6,1	36,8	230
		ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	100	23,92	1	0,2	3,5	22
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,55	1,9	0,3	11,6	55
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	4,04			13,8	55
2008		СУП КАРТОФ, С МОРСКОЙ КАП. С КУРИЦ, О СМЕТ	200/10/10	30,10	6,7	8,8	14,3	158
2008	237	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАНОМ СОУСЕ	120	38,95	16,1	13,3	5,2	196
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	21,38	2,7	4,7	21,1	134
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	60	8,18	0,7	3	2,4	40
2008	436	НАПИТОК КЛЮКВЕННЫЙ	200	12,22	0,1		22,4	91
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,60	3	0,4	18,2	85
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,55	1,9	0,3	11,6	55
Итого				203,36	57,8	60,1	177,2	1443
Всего				203,36	57,8	60,1	177,2	1443

Мед. сестра  О.В. Филина

Заведующий  Е.А. Неверова



Утверждаю
 Директор
 МБОУ СОШ с. ВОСТОК
 /В.А. Милиханова/

МЕНЮ

12 декабря 2023 г.

Завтрак,обед(ОВЗ) 12-18лет

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
2008	287	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	120/50	58,81	20,5	31,4	21,9	436
2008	323	ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ	180	14,76	10,2	7,3	44	276
		ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	100	23,93	1	0,2	3,5	22
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,55	1,9	0,3	11,6	55
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	4,04			13,8	55
2008		СУП КАРТОФ, С МОРСКОЙ КАП. С КУРИЦ.О СМЕТ	250/15/10	36,81	8,4	10,5	17,7	193
2008	237	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАНОМ СОУСЕ	120	39,13	16,1	13,3	5,2	196
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	25,68	3,2	5,6	25,4	161
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	60	8,18	0,7	3	2,4	40
2008	436	НАПИТОК КЛЮКВЕННЫЙ	200	12,22	0,1		22,4	91
		ХЛЕБ П ШЕНИЧНЫЙ	40	3,60	3	0,4	18,2	85
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,55	1,9	0,3	11,6	55
Итого				232,26	67	72,3	197,7	1665
Всего				232,26	67	72,3	197,7	1665

Мед. сестра О.В. Филина
 Заведующий Е.А. Неверова