



Утверждаю

Директор

МБОУ СОШ с. ВОСТОК

И.В.А. Миниханова/

МЕНЮ

20 декабря 2023 г.

Завтрак (7-11)лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
	259	ГУЛЯШ	100/25	50,59	17	22,7	6,6	288
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	21,44	2,7	4,7	21,1	134
		ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	80	18,33	0,8	0,2	2,6	17
		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				96,95	22,4	27,9	55,7	549
Всего				96,95	22,4	27,9	55,7	549

Мед. сестра О.В. Филина

Заведующий Е.А. Неверова



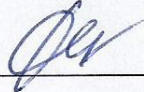
Директор
МБОУ СОШ с. ВОСТОК
В.А. Миниханова/


МЕНЮ

20 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								
	259	ГУЛЯШ	100/25	50,57	17	22,7	6,6	288
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	25,66	3,2	5,6	25,4	161
		ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	115	26,22	1,1	0,2	3,8	24
		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				109,04	23,2	28,8	61,2	583
Всего				109,04	23,2	28,8	61,2	583

Мед. сестра  О.В. Филина

Заведующий  Е.А. Неверова

Утверждаю

Директор

МБОУ СОШ с. ВОСТОК
/В.А. Миниханова/



МЕНЮ

20 декабря 2023 г.

Завтрак,обед (ОВЗ) 7-11 лет

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
	259	ГУЛЯШ	100/25	50,72	17	22,7	6,6	288
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	21,38	2,7	4,7	21,1	134
		ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	60	14,37	0,7	0,1	2,1	13
		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	104	СУП КАРТОФ. С ФАСОЛЬЮ С КУРИЦЕЙ	200/20	21,11	7,2	9,3	10,7	149
2008	283	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	80/50	31,35	10,7	21,2	12,6	274
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	9,57	5,4	4,9	31,8	188
2008	19	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	12,46	0,5	0,1	1,5	8
2008	438	НАПИТОК СО СМОРОДИНЫ	200	18,97	0,2	0,1	19,6	80
		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				192,67	51,2	64,1	161,2	1384
Всего				192,67	51,2	64,1	161,2	1384

Мед. сестра  О.В. Филина

Заведующий  Е.А. Неверова

Утверждаю




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


МЕНЮ

20 декабря 2023 г.

Завтрак,обед(ОВЗ) 12-18лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
	259	ГУЛЯШ	100/25	50,72	17	22,7	6,6	288
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	25,60	3,2	5,6	25,4	161
		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	104	СУП КАРТОФ. С ФАСОЛЬЮ С КУРИЦЕЙ	250/20	26,44	8,9	11,6	13,2	186
2008	287	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	100/50	43,55	15,2	23	16,3	322
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	11,43	6,6	5,8	38,2	226
2008	19	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	12,46	0,5	0,1	1,5	8
2008	438	НАПИТОК СО СМОРОДИНЫ	200	18,97	0,2	0,1	19,6	80
		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				225,83	59,4	70,1	179,5	1543
Всего				225,83	59,4	70,1	179,5	1543

Мед. сестра  О.В. Филина

Заведующий  Е.А. Неверова