

Утверждаю

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

МЕНЮ
1 ноября 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								
	259	ГУЛЯШ	100/25	50,59	17	22,7	6,6	288
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	19,34	2,7	4,7	21,1	134
		ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	60	14,35	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	3,77	0,2		14,2	58
Итого				90,60	22,5	27,8	55,6	548
Всего				90,60	22,5	27,8	55,6	548

Мед. сестра

О.В. Филина

Заведующий

Е.А. Неверова



Утверждаю

Директор

МБОУ СОШ с. ВОСТОК

/В.А. Миниханова/

МЕНЮ

1 ноября 2023 г.

Завтрак (12-18)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	50,58	17	22,7	6,6	288
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	23,14	3,2	5,6	25,4	161
		ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	60	14,35	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	3,77	0,2		14,2	58
Итого				94,39	23	28,7	59,9	575
Всего				94,39	23	28,7	59,9	575

Мед. сестра  О.В. Филина

Заведующий  Е.А. Неверова

Утверждаю

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



МЕНЮ

1 ноября 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	
	259	ГУЛЯШ	100/25	50,66	17	22,7	6,6	288
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	23,17	3,2	5,6	25,4	161
		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	3,77	0,2		14,2	58
2008	104	СУП КАРТОФ. С ФАСОЛЬЮ С КУРИЦЕЙ	250/20	25,49	8,9	11,6	13,2	186
2008	287	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	100/50	43,66	15,2	23	16,3	322
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	11,52	6,6	5,8	38,2	226
2008	19	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	12,49	0,5	0,1	1,5	8
2008	438	НАПИТОК СО СМОРОДИНЫ	200	19,11	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				222,50	59,6	70,1	179,9	1546
Всего				222,50	59,6	70,1	179,9	1546

Мед. сестра

О.В. Филина

Заведующий

Е.А. Неверова