

Утверждаю

Директор

МБОУ СОШ с. ВОСТОК

В.А. Миниханова/

МЕНЮ

3 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								
2008		БИТОЧКИ КУРИННЫЕ	100	25,85	17	24,6	15,6	337
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	9,60	5,4	4,9	31,8	188
2008	19	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	12,46	0,5	0,1	1,5	8
		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				54,23	25	29,9	74,7	646
Всего				54,23	25	29,9	74,7	646

Мед. сестра  О.В. Филина

Заведующий  Е.А. Неверова

Утверждаю

Директор

МБОУ СОШ с. ВОСТОК

В.А. Миниханова/

МЕНЮ

3 ноября 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		БИТОЧКИ КУРИННЫЕ	100	26,37	17,2	24,7	15,6	340
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	9,56	5,4	4,9	31,8	188
2008	19	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	12,46	0,5	0,1	1,5	8
		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	99	СУП КАРТОФ.С БОБОВЫМИ С КУРИЦЕЙ	200/15	13,23	8,5	8,1	17	169
2008	265	ПЛОВ С МЯСОМ	150/60	47,79	17	32,6	35,6	487
		САЛАТ С КАЛЬМАРА	60	52,57	15,4	6,6	2,6	126
		НАПИТОК БРУСНИЧНЫЙ	200	14,30	0,1	0,1	23,3	95
		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				188,75	71,1	78,1	183	1666
Всего				188,75	71,1	78,1	183	1666

Мед. сестра

О.В. Филина

Заведующий

Е.А. Неверова

Утверждаю

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



МЕНЮ
3 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	
2008		БИТОЧКИ КУРИННЫЕ	120	33,34	21,9	31	18,6	424
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
		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	99	СУП КАРТОФ.С БОБОВЫМИ С КУРИЦЕЙ	250/15	16,59	10,6	10	20,9	211
2008	265	ПЛОВ С МЯСОМ	180/60	49,70	17,8	34,9	42,8	538
		САЛАТ С КАЛЬМАРА	60	52,67	15,4	6,6	2,6	126
		НАПИТОК БРУСНИЧНЫЙ	200	14,29	0,1	0,1	23,3	95
		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				203,07	79,9	89,5	203,5	1881
Всего				203,07	79,9	89,5	203,5	1881

Мед. сестра

О.В. Филина

Заведующий

Е.А. Неверова