

Утверждаю



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

МЕНЮ

7 ноября 2023 г.

Завтрак (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	
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	3,77	0,2		14,2	58
Итого				76,37	26,5	29,5	81,2	679
Всего				76,37	26,5	29,5	81,2	679

Мед. сестра  О.В. Филина

Заведующий  Е.А. Неверова

Утверждаю



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

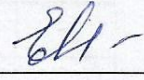
МЕНЮ

7 ноября 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	3,77	0,2		14,2	58
Итого				103,57	33,8	39,2	95,2	847
Всего				103,57	33,8	39,2	95,2	847

Мед. сестра  О.В. Филина

Заведующий  Е.А. Неверова

Утверждаю



Директор

МБОУ СОШ № 6 ВОСТОК

/В.А. Миниханова/

МЕНЮ

7 ноября 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	
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	3,77	0,2		14,2	58
		БАНАНЫ СВЕЖИЕ	200	39,11	2,1	0,7	29,4	134
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	39,14	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 ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,60	3	0,4	18,2	85
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,55	1,9	0,3	11,6	55
Итого				271,11	69,3	73	227,5	1802
Всего				271,11	69,3	73	227,5	1802

Мед. сестра  О.В. Филина

Заведующий  Е.А. Неверова