



Утверждаю

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

МЕНЮ

22 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	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

Утверждаю

1
Директор
МБОУ СОШ с. ВОСТОК
В.В. Миниханова

МЕНЮ

22 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								
	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



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

МЕНЮ

22 ноября 2023 г.

Завтрак, обед (ОВЗ) 7-11 лет

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	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 ПШЕНИЧНЫЙ	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

22 ноября 2023 г.

Завтрак,обед(ОВЗ) 12-18лет

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая 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	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 ФАСОЛЮ 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