



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

# МЕНЮ

29 ноября 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	
<b>Завтрак</b>								
2008	184	КАША МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ С МАСЛОМ	200/5	13,93	3,6	5,8	20,3	144
2008	14	СЫР	20	11,78	4,7	6,1		75
2008	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	9,35	0,1	8,3	0,1	75
2008		СДОБА С ИЗЮМОМ	60	16,02	4,4	3	29,3	159
2008	433	КАКАО	200	8,30	1	0,6	18,6	82
2008		БАНАНЫ СВЕЖИЕ	200	39,11	2,1	0,7	29,4	134
<b>Итого</b>				<b>98,49</b>	<b>15,9</b>	<b>24,5</b>	<b>97,7</b>	<b>669</b>
<b>Всего</b>				<b>98,49</b>	<b>15,9</b>	<b>24,5</b>	<b>97,7</b>	<b>669</b>

Мед. сестра  О.В. Филина

Заведующий  Е.А. Неверова

Утверждаю



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

# МЕНЮ

29 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	
<b>Завтрак</b>								
	184	КАША МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ С МАСЛОМ	220/5	15,33	4	6,3	22,4	158
2008	14	СЫР	20	11,78	4,7	6,1		75
2008	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	9,35	0,1	8,3	0,1	75
2008		СДОБА С ИЗЮМОМ	60	16,02	4,4	3	29,3	159
2008	433	КАКАО	200	8,30	1	0,6	18,6	82
2008		БАНАНЫ СВЕЖИЕ	200	39,11	2,1	0,7	29,4	134
<b>Итого</b>				<b>99,89</b>	<b>16,3</b>	<b>25</b>	<b>99,8</b>	<b>683</b>
<b>Всего</b>				<b>99,89</b>	<b>16,3</b>	<b>25</b>	<b>99,8</b>	<b>683</b>

Мед. сестра

О.В. Филина

Заведующий

Е.А. Неверова



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

# МЕНЮ

29 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	
2008	184	КАША МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ С МАСЛОМ	200/5	13,91	3,6	5,8	20,3	144
2008	14	СЫР	20	11,74	4,7	6,1		75
2008	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	9,35	0,1	8,3	0,1	75
2008		СДОБА С ИЗЮМОМ	60	16,02	4,4	3	29,3	159
2008	433	КАКАО	200	8,30	1	0,6	18,6	82
2008		БАНАНЫ СВЕЖИЕ	150	29,33	1,6	0,5	22,1	101
2008	99	СУП КАРТОФ. С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ С КУРИЦЕЙ	200/15	22,81	7,4	9,3	13,1	160
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С МЯСОМ	150/60	54,90	16,1	28,1	21,6	390
		САЛАТ" МОРКОВКА"	60	6,81	0,7	2,5	4,1	42
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
<b>Итого</b>				<b>198,29</b>	<b>44,7</b>	<b>65</b>	<b>178,6</b>	<b>1448</b>
<b>Всего</b>				<b>198,29</b>	<b>44,7</b>	<b>65</b>	<b>178,6</b>	<b>1448</b>

Мед. сестра  О.В. Филина

Заведующий  Е.А. Неверова



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

## МЕНЮ

29 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	
	184	КАША МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ С МАСЛОМ	220/5	15,35	4	6,3	22,4	158
2008	14	СЫР	20	11,74	4,7	6,1		75
2008	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	9,35	0,1	8,3	0,1	75
2008		СДОБА С ИЗЮМОМ	60	16,02	4,4	3	29,3	159
2008	433	КАКАО	200	8,30	1	0,6	18,6	82
2008		БАНАНЫ СВЕЖИЕ	200	39,11	2,1	0,7	29,4	134
2008	103	СУП КАРТ. С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ С КУРИЦЕЙ	250/15	27,98	9,2	11,7	16,4	201
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С МЯСОМ	180/60	58,10	16,6	31,6	25,1	435
		САЛАТ" МОРКОВКА"	60	6,81	0,7	2,5	4,1	42
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
<b>Итого</b>				<b>217,88</b>	<b>47,9</b>	<b>71,6</b>	<b>194,8</b>	<b>1581</b>
<b>Всего</b>				<b>217,88</b>	<b>47,9</b>	<b>71,6</b>	<b>194,8</b>	<b>1581</b>

Мед. сестра *Филина* О.В. Филина

Заведующий *Неверова* Е.А. Неверова