

МЕНЮ

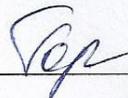
3 октября 2023 г.

Завтрак (12-18)лет



Утверждаю
Директор
МБОУ СОШ с. ВОСТОК
В.М. Миханова/

Сборник рецептов	№ 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	58,63	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				103,65	33,8	39,2	95,2	847
Всего				103,65	33,8	39,2	95,2	847

Мед. сестра  Н.В.Гордиенко

Заведующий  Е.А. Неверова

Утверждаю



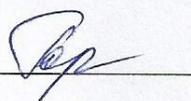
Директор
МБОУ СОШ с. ВОСТОК
Миниханова/

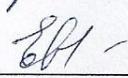
МЕНЮ

3 октября 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	287	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	100/50	43,51	15,2	23	16,3	322
2008	323	ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ	150	12,31	8,5	6,1	36,8	230
		ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	100	23,95	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	200/10/10	28,54	6,5	8,7	14,3	156
2008	237	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАНОМ СОУСЕ	120	39,19	16,1	13,3	5,2	196
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	19,44	2,7	4,7	21,1	134
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	60	8,32	0,7	3	2,4	40
2008	436	НАПИТОК КЛЮКВЕННЫЙ	200	12,22	0,1		22,4	91
		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				239,06	59,9	60,7	207	1578
Всего				239,06	59,9	60,7	207	1578

Мед. сестра  Н.В.Гордиенко

Заведующий  Е.А. Неверова

