

Утверждаю

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



МЕНЮ

24 октября 2023 г.

Завтрак (12-18)лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак								
2008	287	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	120/50	58,64	20,5	31,4	21,9	436
2008	323	ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ	180	14,77	10,2	7,3	44	276
		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	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

O.V. Филина

Заведующий

E.A. Неверова

Утверждаю

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



МЕНЮ

24 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	43,59	15,2	23	16,3	322
2008	323	ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ	150	12,32	8,5	6,1	36,8	230
		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	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	28,90	6,7	8,8	14,3	158
2008	237	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАНОМ СОУСЕ	120	39,02	16,1	13,3	5,2	196
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	19,29	2,7	4,7	21,1	134
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	60	8,29	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				239,13	60,1	60,8	207	1580
Всего				239,13	60,1	60,8	207	1580

Мед. сестра *ФФ* О.В. Филина

Заведующий *ЕН* Е.А. Неверова

Утверждаю

Директор
МБОУ СОШ № 6 ВОСТОК
/В.А. Миниханова/

МЕНЮ

24 октября 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	58,90	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	35,33	8,4	10,5	17,7	193
2008	237	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАНОМ СОУСЕ	120	39,19	16,1	13,3	5,2	196
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	23,16	3,2	5,6	25,4	161
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	60	8,29	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				267,36	69,3	73	227,5	1802
Всего				267,36	69,3	73	227,5	1802

Мед. сестра  О.В. Филина

Заведующий  Е.А. Неверова