

Утверждаю

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



МЕНЮ

26 октября 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	
Завтрак								
2008	229	РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ	120	38,27	18,3	1	0,7	81
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	19,34	2,7	4,7	21,1	134
2008	19	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	12,46	0,5	0,1	1,5	8
		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				76,39	23,6	6,1	49,1	336
Всего				76,39	23,6	6,1	49,1	336

Мед. сестра О.В. Филина

Заведующий Е.А. Неверова

Утверждаю

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



МЕНЮ

26 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	Углеводы, г	
Завтрак								
2008	229	РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ	120	38,27	18,3	1	0,7	81
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	23,14	3,2	5,6	25,4	161
2008	19	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	100	20,76	0,8	0,1	2,5	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				88,49	24,4	7	54,4	369
Всего				88,49	24,4	7	54,4	369

Мед. сестра О.В. Филина

Заведующий Е.А. Неверова

Утверждаю

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



МЕНЮ

26 октября 2023 г.

Завтрак,обед(ОВЗ) 12-18лет

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
2008	229	РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ	120	38,28	18,3	1	0,7	81
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	23,10	3,2	5,6	25,4	161
2008	19	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	100	20,76	0,8	0,1	2,5	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
2008	100	СУП КАРТОФ.С МАКАРОН. ИЗД. С КУРИЦЕЙ	250/15	16,32	7,2	9,9	18,2	186
2008	272	КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ "ДОМАШНИЕ"	120	51,33	17,7	25,2	18,6	357
2008	326	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	180	11,35	4,2	5,3	42,4	229
2008	364	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ	50	1,87	0,5	2,4	3,1	34
2008	50	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	60	7,12	0,9	3,7	4,8	55
2008	436	НАПИТОК КЛУБНИЧНЫЙ	200	16,75	0,2	0,1	23,2	92
		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				199,35	60	54,3	194,5	1462
Всего				199,35	60	54,3	194,5	1462

Мед. сестра

О.В. Филина

Заведующий

Е.А. Неверова