



Утверждаю

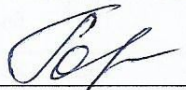
Директор  
МБОУ СОШ с. ВОСТОК  
В.А. Миниханова/

# МЕНЮ

5 сентября 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	
<b>Завтрак</b>								
2008	283	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	100/50	36,32	12,6	24,5	14,5	316
2008	323	ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ	150	12,31	8,5	6,1	36,8	230
		ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	100	23,93	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	3,77	0,2		14,2	58
<b>Итого</b>				<b>78,88</b>	<b>24,3</b>	<b>31,1</b>	<b>80,9</b>	<b>683</b>
<b>Всего</b>				<b>78,88</b>	<b>24,3</b>	<b>31,1</b>	<b>80,9</b>	<b>683</b>

Мед. сестра  Н.В.Гордиенко

Заведующий  Е.А. Неверова

Утверждаю

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

## МЕНЮ

5 сентября 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>								
2008	287	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	120/50	49,22	17,3	26,2	18,6	366
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
<b>Итого</b>				<b>94,24</b>	<b>30,6</b>	<b>34</b>	<b>91,9</b>	<b>777</b>
<b>Всего</b>				<b>94,24</b>	<b>30,6</b>	<b>34</b>	<b>91,9</b>	<b>777</b>

Мед. сестра  Н.В.Гордиенко

Заведующий  Е.А. Неверова



Утверждаю

Директор  
ВОСТОК  
/В.А. Мухоморова/

# МЕНЮ

5 сентября 2023 г.

## Завтрак,обед (ОВЗ) 7-11 лет

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	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
2008		СУП КАРТОФ. С МОРСКОЙ КАП. С КУРИЦ.О СМЕТ	200/10/10	28,69	6,6	8,7	14,3	157
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
<b>Итого</b>				<b>199,81</b>	<b>57,9</b>	<b>60</b>	<b>177,6</b>	<b>1445</b>
<b>Всего</b>				<b>199,81</b>	<b>57,9</b>	<b>60</b>	<b>177,6</b>	<b>1445</b>

Мед. сестра  Н.В.Гордиенко

Заведующий  Е.А. Неверова



# МЕНЮ

5 сентября 2023 г.

## Завтрак,обед(ОВЗ) 12-18лет

Сборник рецептов	№ 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	49,27	17,3	26,2	18,6	366
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
2008		СУП КАРТОФ, С МОРСКОЙ КАП. С КУРИЦ.О СМЕТ	250/15/10	34,98	8,3	10,4	17,7	191
2008	237	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАНОМ СОУСЕ	120	39,02	16,1	13,3	5,2	196
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	23,10	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 ПШЕНИЧНЫЙ	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>218,04</b>	<b>63,9</b>	<b>67</b>	<b>194,8</b>	<b>1596</b>
<b>Всего</b>				<b>218,04</b>	<b>63,9</b>	<b>67</b>	<b>194,8</b>	<b>1596</b>

Мед. сестра \_\_\_\_\_

Н.В.Гордиенко

Заведующий \_\_\_\_\_

Е.А. Неверова