

Утверждаю

Директор
И.С. ВОСТОК
И.А. Миниханова/



МЕНЮ

8 сентября 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	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	44,61	12,6	18	0,6	205
		ЗЕЛЕНЬ ГОРОШЕК	20	7,34	0,8	0,1	1,5	9
2008	14	СЫР	20	12,40	5	6,4		79
2008	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	9,35	0,1	8,3	0,1	75
		БАТОН МОСКОВСКИЙ	50	7,25	3,6	1,4	23,4	118
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	3,77	0,2		14,2	58
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	150	23,40	0,5	0,5	12,9	62
Итого				108,12	22,8	34,7	52,7	606
Всего				108,12	22,8	34,7	52,7	606

Мед. сестра _____

Н.В.Гордиенко

Заведующий _____

Е.А. Неверова

Утверждаю

Директор
СОШ с. ВОСТОК
А. Миниханова/



МЕНЮ

8 сентября 2023 г.

Завтрак (12-18)лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	160	47,60	13,4	19,2	0,7	220
		ЗЕЛЕНЫЙ ГОРОШЕК	30	11,01	1,1	0,1	2,3	14
2008	14	СЫР	20	12,41	5	6,4		79
2008	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	9,35	0,1	8,3	0,1	75
		БАТОН МОСКОВСКИЙ	50	7,25	3,6	1,4	23,4	118
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	3,77	0,2		14,2	58
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	150	23,40	0,5	0,5	12,9	62
Итого				114,79	23,9	35,9	53,6	626
Всего				114,79	23,9	35,9	53,6	626

Мед. сестра  Н.В.Гордиенко

Заведующий  Е.А. Неверова



Утверждаю
Директор
с. ВОСТОК
И.А. Миниханова/

МЕНЮ

8 сентября 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	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	44,73	12,6	18,1	0,6	206
		ЗЕЛЕНЬИЙ ГОРОШЕК	20	7,34	0,8	0,1	1,7	10
2008	14	СЫР	20	12,45	5	6,4		79
2008	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	9,35	0,1	8,3	0,1	75
		БАТОН МОСКОВСКИЙ	50	7,25	3,6	1,4	23,4	118
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	3,77	0,2		14,2	58
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	150	23,40	0,5	0,5	12,9	62
2008	110	СУП ПОЛЕВОЙ С КУРИЦЕЙ	200/15	12,51	6	6,6	16,4	144
2008		БИТОЧКИ КУРИННЫЕ	100	33,28	22,8	30,4	15,6	409
2008	323	ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ	150	12,32	8,5	6,1	36,8	230
2008	364	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ	50	1,87	0,5	2,4	3,1	34
		ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	60	14,37	0,7	0,1	2,1	13
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,10	0,5	0,2	29,1	119
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,60	3	0,4	18,2	85
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,55	1,9	0,3	11,6	55
Итого				196,89	66,7	81,3	185,8	1697
Всего				196,89	66,7	81,3	185,8	1697

Мед. сестра Гек Н.В.Гордиенко

Заведующий ЕА Е.А. Неверова



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

МЕНЮ

8 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	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	160	45,92	12,8	18,7	0,6	213
		ЗЕЛЕНЫЙ ГОРОШЕК	30	11,01	1,2	0,1	2,5	16
2008	14	СЫР	20	12,45	5	6,4		79
2008	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	9,35	0,1	8,3	0,1	75
		БАТОН МОСКОВСКИЙ	50	7,25	3,6	1,4	23,4	118
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	3,77	0,2		14,2	58
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	150	23,40	0,5	0,5	12,9	62
2008	110	СУП ПОЛЕВОЙ С КУРИЦЕЙ	250/15	15,57	7,6	8,1	20,2	180
2008		БИТОЧКИ КУРИННЫЕ	100	33,28	22,8	30,4	15,6	409
2008	323	ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ	180	14,77	10,2	7,3	44	276
2008	364	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ	50	1,87	0,5	2,4	3,1	34
		ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	60	14,37	0,7	0,1	2,1	13
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,10	0,5	0,2	29,1	119
		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				207,26	70,6	84,6	197,6	1792
Всего				207,26	70,6	84,6	197,6	1792

Мед. сестра  Н.В.Гордиенко

Заведующий  Е.А. Неверова