





Утверждаю

Директор  
ВОСТОК  
В.А. Миханова

## МЕНЮ

13 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>								
	259	ГУЛЯШ	100/25	54,55	18,4	23,9	6,6	304
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	23,14	3,2	5,6	25,4	161
		ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	60	14,35	0,7	0,1	2,1	13
		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>98,36</b>	<b>24,4</b>	<b>29,9</b>	<b>59,9</b>	<b>591</b>
<b>Всего</b>				<b>98,36</b>	<b>24,4</b>	<b>29,9</b>	<b>59,9</b>	<b>591</b>

Мед. сестра  Н.В.Гордиенко

Заведующий  Е.А. Неверова



Утверждаю



Директор  
с. ВОСТОК  
Миниханова/

# МЕНЮ

13 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	
	259	ГУЛЯШ	80/25	43,62	14,8	19,2	5,4	243
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	19,29	2,7	4,7	21,1	134
		ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	60	14,37	0,7	0,1	2,1	13
		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	104	СУП КАРТОФ. С ФАСОЛЬЮ С КУРИЦЕЙ	200/20	20,35	7,2	9,3	10,7	149
2008	283	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	80/50	31,39	10,7	21,2	12,6	274
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	9,56	5,4	4,9	31,8	188
2008	19	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	12,46	0,5	0,1	1,5	8
2008	438	НАПИТОК СО СМОРОДИНЫ	200	18,97	0,2	0,1	19,6	80
		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>182,48</b>	<b>49,2</b>	<b>60,6</b>	<b>160,4</b>	<b>1342</b>
<b>Всего</b>				<b>182,48</b>	<b>49,2</b>	<b>60,6</b>	<b>160,4</b>	<b>1342</b>

Мед. сестра \_\_\_\_\_

Н.В.Гордиенко

Заведующий \_\_\_\_\_

Е.А. Неверова

Утверждаю

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



# МЕНЮ

13 сентября 2023 г.

## Завтрак, обед(ОВЗ) 12-18лет

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
	259	ГУЛЯШ	100/25	54,66	18,4	23,9	6,6	304
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	23,10	3,2	5,6	25,4	161
		ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	60	14,37	0,7	0,1	2,1	13
		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	104	СУП КАРТОФ. С ФАСОЛЬЮ С КУРИЦЕЙ	250/20	25,52	8,9	11,6	13,2	186
2008	287	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	100/50	43,59	15,2	23	16,3	322
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	11,43	6,6	5,8	38,2	226
2008	19	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	12,46	0,5	0,1	1,5	8
2008	438	НАПИТОК СО СМОРОДИНЫ	200	18,97	0,2	0,1	19,6	80
		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>216,57</b>	<b>60,7</b>	<b>71,2</b>	<b>178,5</b>	<b>1553</b>
<b>Всего</b>				<b>216,57</b>	<b>60,7</b>	<b>71,2</b>	<b>178,5</b>	<b>1553</b>

Мед. сестра

Н.В.Гордиенко

Заведующий

Е.А. Неверова