

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
14 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	
<b>Завтрак</b>								
	184	КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ С МАСЛОМ	200/5	13,34	3,2	4,2	26	150
2008	14	СЫР	20	12,40	5	6,4		79
2008	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	9,35	0,1	8,3	0,1	75
		СДОБА С ЧЕРНИКОЙ	50	17,00	3,8	0,5	22,3	107
2008	433	КАКАО	200	8,30	1	0,6	18,6	82
2008		БАНАНЫ СВЕЖИЕ	200	39,11	2,1	0,7	29,4	134
<b>Итого</b>				<b>99,50</b>	<b>15,2</b>	<b>20,7</b>	<b>96,4</b>	<b>627</b>
<b>Всего</b>				<b>99,50</b>	<b>15,2</b>	<b>20,7</b>	<b>96,4</b>	<b>627</b>

Мед. сестра  Н.В.Гордиенко

Заведующий  Е.А. Неверова

Утверждаю



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

# МЕНЮ

14 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>								
	184	КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ С МАСЛОМ	220/5	14,66	3,6	4,6	28,5	165
2008	14	СЫР	20	12,41	5	6,4		79
2008	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	9,35	0,1	8,3	0,1	75
		СДОБА С ЧЕРНИКОЙ	50	17,00	3,8	0,5	22,3	107
2008	433	КАКАО	200	8,30	1	0,6	18,6	82
2008		БАНАНЫ СВЕЖИЕ	200	39,11	2,1	0,7	29,4	134
<b>Итого</b>				<b>100,83</b>	<b>15,6</b>	<b>21,1</b>	<b>98,9</b>	<b>642</b>
<b>Всего</b>				<b>100,83</b>	<b>15,6</b>	<b>21,1</b>	<b>98,9</b>	<b>642</b>

Мед. сестра  Н.В.Гордиенко

Заведующий  Е.А. Неверова

Утверждаю



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

## МЕНЮ

14 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	
	184	КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ С МАСЛОМ	200/5	13,33	3,2	4,2	26	150
2008	14	СЫР	20	12,45	5	6,4		79
2008	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	9,35	0,1	8,3	0,1	75
		СДОБА С ЧЕРНИКОЙ	50	17,00	3,8	0,5	22,3	107
2008	433	КАКАО	200	8,30	1	0,6	18,6	82
2008		БАНАНЫ СВЕЖИЕ	150	29,33	1,6	0,5	22,1	101
2008	98	СУП РЫБНЫЙ С КОНС ГОРБУШИ	200	21,81	1,6	3	13,2	86
	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	80	51,60	13,1	9,4	11,4	176
2008	323	ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ	150	12,32	8,5	6,1	36,8	230
2008	50	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	60	7,38	0,9	3,7	5	56
2008	364	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ	50	1,87	0,5	2,4	3,1	34
2008	436	НАПИТОК СО СВЕЖ. МОРОЖ. ВИШНИ	200	10,65	0,2	0,1	23,8	95
		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>201,54</b>	<b>44,4</b>	<b>45,9</b>	<b>212,2</b>	<b>1411</b>
<b>Всего</b>				<b>201,54</b>	<b>44,4</b>	<b>45,9</b>	<b>212,2</b>	<b>1411</b>

Мед. сестра  Н.В.Гордиенко

Заведующий  Е.А. Неверова



Директор  
МБОУ СОШ с. ВОСТОК  
В.А. Миниханова

## МЕНЮ

14 сентября 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	
	184	КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ С МАСЛОМ	220/5	14,68	3,6	4,6	28,5	165
2008	14	СЫР	20	12,45	5	6,4		79
2008	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	9,35	0,1	8,3	0,1	75
		СДОБА С ЧЕРНИКОЙ	50	17,00	3,8	0,5	22,3	107
2008	433	КАКАО	200	8,30	1	0,6	18,6	82
2008		БАНАНЫ СВЕЖИЕ	200	39,11	2,1	0,7	29,4	134
2008	98	СУП РЫБНЫЙ С КОНС ГОРБУШИ	250	27,30	2,1	4	16,5	108
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	100	64,40	16,4	11,7	14,1	219
2008	323	ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ	180	14,77	10,2	7,3	44	276
2008	50	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	60	7,38	0,9	3,7	5	56
2008	364	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ	50	1,87	0,5	2,4	3,1	34
2008	436	НАПИТОК СО СВЕЖ. МОРОЖ. ВИШНИ	200	10,65	0,2	0,1	23,8	95
		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>233,41</b>	<b>50,8</b>	<b>51</b>	<b>235,2</b>	<b>1570</b>
<b>Всего</b>				<b>233,41</b>	<b>50,8</b>	<b>51</b>	<b>235,2</b>	<b>1570</b>

Мед. сестра  Н.В.Гордиенко

Заведующий  Е.А. Неверова