

Утверждаю

Директор

МБОУ СОШ с. ВОСТОК

М.В. Миниханова/



МЕНЮ

22 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	
Завтрак								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	160	47,65	13,5	19,2	0,7	220
		ЗЕЛЕНЬ ГОРОШЕК	30	8,47	0,9	0,1	1,8	11
2008	14	СЫР	20	11,78	4,7	6,1		75
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				111,67	23,5	35,6	53,1	619
Всего				111,67	23,5	35,6	53,1	619

Мед. сестра

Н.В.Гордиенко

Заведующий

Е.А. Неверова

Утверждаю

Директор
с. ВОСТОК
/В.А. Миниханова/



МЕНЮ

22 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	48,11	13,6	19,4	0,7	222
		ЗЕЛЕНЬ ГИВОРОШЕК	30	8,49	0,9	0,1	2	12
2008	14	СЫР	20	11,74	4,7	6,1		75
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	15,56	7,6	8,1	20,2	180
2008		БИТОЧКИ КУРИННЫЕ	100	33,29	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				206,22	70,8	85	197,2	1793
Всего				206,22	70,8	85	197,2	1793

Мед. сестра Н.В.Гордиенко

Заведующий Е.А. Неверова