



Утверждаю

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

МЕНЮ

12 января 2024 г.

Завтрак (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	
Завтрак								
	210	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	180	60,80	15,1	21,3	0,8	244
	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	9,35	0,1	7,2	0,1	67
	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	60	14,35	0,7	0,1	2,1	13
	1	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,70	1,2	0,2	7,7	37
	2	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,70	2,3	0,3	13,7	64
	19	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	1,62			9,1	36
Итого				90,52	19,4	29,1	33,5	461
Всего				90,52	19,4	29,1	33,5	461

Мед. сестра _____ О.В. Филина

Заведующий _____ Е.А. Неверова



Утверждаю

Директор

МБОУ СОШ с. ВОСТОК

И.В.А. Миниханова/

МЕНЮ

12 января 2024 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								
	210	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200	67,37	15,8	22,8	0,8	261
	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	100	23,93	1	0,2	3,5	22
	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	9,35	0,1	7,2	0,1	67
	1	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,55	1,9	0,3	11,6	55
	2	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,60	3	0,4	18,2	85
	19	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	1,62			9,1	36
Итого				108,42	21,8	30,9	43,3	526
Всего				108,42	21,8	30,9	43,3	526

Мед. сестра

О.В. Филина

Заведующий

Е.А. Неверова



Утверждаю

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

МЕНЮ

12 января 2024 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	
	210	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	180	52,82	15,6	21,7	1,8	253
	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	9,35	0,1	7,2	0,1	67
	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	60	14,37	0,7	0,1	2,1	13
	1	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,70	1,2	0,2	7,7	37
	2	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,70	2,3	0,3	13,7	64
	19	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,93			9,1	36
	8	НАРЕЗКА ОВОЩНАЯ (ПОМИДОР/ ОГУРЕЦ/ПЕРЦЕМ СЛАДКИЙ)	100	30,10	1	0,1	3,6	21
	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРИЦЕЙ	200	16,15	4,7	5,8	14,9	127
	265	ПЛОВ С МЯСОМ	200	50,33	18,2	29,2	40,1	480
	20	СОК НАТУР В АССОРТИМЕНТЕ	200	19,02	1,9		18,2	83
	1	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,55	1,9	0,3	11,6	55
	2	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	5,40	4,6	0,6	27,3	128
		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	15,60	0,4	0,4	9,8	47
Итого				221,02	52,6	65,9	160	1411
Всего				221,02	52,6	65,9	160	1411

Мед. сестра  О.В. Филина

Заведующий  Е.А. Неверова



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

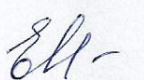
МЕНЮ

12 января 2024 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	
	210	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200	66,70	15,7	22,6	0,8	259
	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	9,35	0,1	7,2	0,1	67
	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	100	23,92	1	0,2	3,5	22
	1	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,55	1,9	0,3	11,6	55
	2	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,60	3	0,4	18,2	85
	19	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,92			9,1	36
	8	НАРЕЗКА ОВОЩНАЯ (ПОМИДОР/ ОГУРЕЦ/ПЕРЦЕМ СЛАДКИЙ)	100	30,10	1	0,1	3,6	21
	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРИЦЕЙ	250	20,12	6	7,3	18,6	159
	265	ПЛОВ С МЯСОМ	250	62,94	22,7	36,4	50,2	600
	1	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,40	2,5	0,4	15,5	73
	20	СОК НАТУР В АССОРТИМЕНТЕ	200	19,01	1,9		18,2	83
	2	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70	6,30	5,3	0,7	31,9	149
		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	15,60	0,4	0,4	9,8	47
Итого				264,51	61,5	76	191,1	1656
Всего				264,51	61,5	76	191,1	1656

Мед. сестра  О.В. Филина

Заведующий  Е.А. Неверова