

Утверждаю

Директор

МБОУ СОШ с. ВОСТОК

/В.А. Миниханова/



МЕНЮ

18 января 2024 г.

Завтрак (7-11)лет

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак								
	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	200/20	102,39	32,7	21,5	40,7	477
	3	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200/5	16,00	6,4	5	16,7	134
	23	ВАФЛИ	30	9,62	25,2	29,7	0,7	3
		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	15,60	0,4	0,4	9,8	47
Итого				143,61	64,7	56,6	67,9	661
Всего				143,61	64,7	56,6	67,9	661

Мед. сестра

О.В. Филина

Заведующий

Е.А. Неверова



Утверждаю

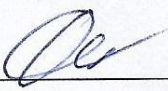
Директор
МБОУ СОШ с. ВОСТОК
И.В.А. Миниханова/

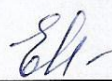
МЕНЮ

18 января 2024 г.

Завтрак (12-18)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								
	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	250/30	129,88	41,2	27,2	53,7	611
	23	ВАФЛИ	40	12,82	33,6	39,6	0,9	4
	3	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200/5	16,00	6,4	5	16,7	134
		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	15,60	0,4	0,4	9,8	47
Итого				174,30	81,6	72,2	81,1	796
Всего				174,30	81,6	72,2	81,1	796

Мед. сестра  О.В. Филина

Заведующий  Е.А. Неверова

Утверждаю



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

МЕНЮ

18 января 2024 г.

Завтрак,обед (ОВЗ) 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	
	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	200/20	102,80	32,9	21,7	40,7	478
	23	ВАФЛИ	30	9,62	25,2	29,7	0,7	3
	3	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200/5	16,00	6,4	5	16,7	134
		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	15,60	0,4	0,4	9,8	47
	25	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	100	16,02	1,9	4,2	7,4	73
	112	СУП -ЛАПША С КУРИЦЕЙ	200	14,23	5,5	5,4	13,9	122
	235	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	39,81	10,7	6,5	7,4	125
	9	РИС С ОВОЩАМИ	100/50	15,77	2,8	6,5	26,1	170
	6	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,93	0,6	0,2	22,2	92
	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
Итого				246,73	92,9	80,5	183,8	1427
Всего				246,73	92,9	80,5	183,8	1427

Мед. сестра  О.В. Филина

Заведующий  Е.А. Неверова



Утверждаю

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

МЕНЮ

18 января 2024 г.

Завтрак, обед(ОВЗ) 12-18лет

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	250/30	130,48	41,4	27,3	53,8	613
	23	ВАФЛИ	40	12,82	33,6	39,6	0,9	4
	3	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200/5	16,00	6,4	5	16,7	134
		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	15,60	0,4	0,4	9,8	47
	25	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	100	16,01	1,9	4,2	7,4	73
	112	СУП -ЛАПША С КУРИЦЕЙ	250	17,02	6,8	6,5	17,3	150
	235	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	47,18	12,7	7,9	8,9	150
	9	РИС С ОВОЩАМИ	110/70	19,96	3,2	7,9	29,2	196
	6	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,92	0,6	0,2	22,2	92
	1	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,40	2,5	0,4	15,5	73
	2	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70	6,30	5,3	0,7	31,9	149
Итого				293,69	114,8	100,1	213,6	1681
Всего				293,69	114,8	100,1	213,6	1681

Мед. сестра  О.В. Филина

Заведующий  Е.А. Неверова