



Утверждаю

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


# МЕНЮ

2 февраля 2024 г.

## Завтрак (7-11)лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>								
	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	15,22	2	5	24,8	149
	15	СЫР	15	11,51	3,4	3		41
	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	10,00	0,1	7,2	0,1	67
	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
	13	КАКАО НА МОЛОКЕ	200/5	19,51	6,6	5,5	14,2	129
		ГРУША СВЕЖАЯ	100	35,23	0,4	0,3	9,4	42
<b>Итого</b>				<b>95,87</b>	<b>16</b>	<b>21,5</b>	<b>69,9</b>	<b>529</b>
<b>Всего</b>				<b>95,87</b>	<b>16</b>	<b>21,5</b>	<b>69,9</b>	<b>529</b>

Мед. сестра  О.В. Филина

Заведующий  Е.А. Неверова





Утверждаю

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

# МЕНЮ

2 февраля 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	
<b>Завтрак</b>								
	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	250	19,03	2,5	6,2	31,2	186
	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	10,00	0,1	7,2	0,1	67
	15	СЫР	20	15,35	4,7	6,1		75
	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
	13	КАКАО НА МОЛОКЕ	200/5	19,50	6,6	5,5	14,2	129
		ГРУША СВЕЖАЯ	100	35,23	0,4	0,3	9,4	42
<b>Итого</b>				<b>105,26</b>	<b>19,2</b>	<b>26</b>	<b>84,7</b>	<b>639</b>
<b>Всего</b>				<b>105,26</b>	<b>19,2</b>	<b>26</b>	<b>84,7</b>	<b>639</b>

Мед. сестра \_\_\_\_\_

О.В. Филина

Заведующий \_\_\_\_\_

Е.А. Неверова



Утверждаю



Директор

МБОУ СОШ с. ВОСТОК


/В.А. Миниханова/

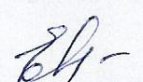
# МЕНЮ

2 февраля 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	
	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	22,54	6,9	9,2	32,7	236
	15	СЫР	15	11,42	3,4	3		41
	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	10,00	0,1	7,2	0,1	67
	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
	13	КАКАО НА МОЛОКЕ	200/5	19,67	6,6	5,5	14,2	129
		ГРУША СВЕЖАЯ	100	35,24	0,4	0,3	9,4	42
	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	100	10,25	1,2	0,1	11,2	52
	24	СВЕКОЛЬНИК С МЯСОМ	200	31,51	5,3	5,4	12,9	119
	290	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	55/35	34,61	12,5	15,6	3,4	195
	171,1	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	150	12,60	8,5	6,1	36,9	231
	15	КИСЕЛЬ ЯГОДНЫЙ	200	28,35	0,3	0,1	15,8	67
	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
<b>Итого</b>				<b>228,54</b>	<b>55,2</b>	<b>53,9</b>	<b>196,9</b>	<b>1463</b>
<b>Всего</b>				<b>228,54</b>	<b>55,2</b>	<b>53,9</b>	<b>196,9</b>	<b>1463</b>

Мед. сестра  О.В. Филина

Заведующий  Е.А. Неверова





Утверждаю

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

# МЕНЮ

2 февраля 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	
	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	250	28,36	8,7	11,5	41	296
	15	СЫР	20	15,39	4,7	6,1		75
	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	10,00	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
	13	КАКАО НА МОЛОКЕ	200/5	19,67	6,6	5,5	14,2	129
		ГРУША СВЕЖАЯ	100	35,24	0,4	0,3	9,4	42
	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	100	10,25	1,2	0,1	11,2	52
	24	СВЕКОЛЬНИК С МЯСОМ	250	39,49	6,8	6,8	16,1	148
	290	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	70/50	46,04	16,7	20,8	4,5	260
	15	КИСЕЛЬ ЯГОДНЫЙ	200	28,35	0,3	0,1	15,8	67
	171,1	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	180	15,10	10,2	7,3	44,2	277
	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
<b>Итого</b>				<b>263,74</b>	<b>68,4</b>	<b>67,5</b>	<b>233,7</b>	<b>1775</b>
<b>Всего</b>				<b>263,74</b>	<b>68,4</b>	<b>67,5</b>	<b>233,7</b>	<b>1775</b>

Мед. сестра  О.В. Филина

Заведующий  Е.А. Неверова