



Утверждаю

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

МЕНЮ

1 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	
Завтрак								
	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	200/20	102,39	32,7	21,5	40,7	477
	23	ВАФЛИ	30	9,62	25,2	29,7	0,7	3
	3	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200/5	24,94	5,8	5	13,8	120
		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	15,60	0,4	0,4	9,8	47
Итого				152,55	64,1	56,6	65	647
Всего				152,55	64,1	56,6	65	647

Мед. сестра О.В. Филина

Заведующий Е.А. Неверова

Утверждаю



Директор

МБОУ СОШ с. ВОСТОК

/В.А. Миниханова/

МЕНЮ

1 февраля 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	24,94	5,8	5	13,8	120
		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	15,60	0,4	0,4	9,8	47
Итого				183,24	81	72,2	78,2	782
Всего				183,24	81	72,2	78,2	782

Мед. сестра

О.В. Филина

Заведующий

Е.А. Неверова



Утверждаю

Директор

МБОУ СОШ с. ВОСТОК

/В.А. Миниханова/

МЕНЮ

1 февраля 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	
	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	24,94	5,8	5	13,8	120
		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	15,60	0,4	0,4	9,8	47
	25	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	100	16,07	1,9	4,2	7,4	73
	112	СУП -ЛАПША С КУРИЦЕЙ	200	14,49	5,5	5,4	13,9	122
	235	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	39,97	10,7	6,5	7,4	125
	9	РИС С ОВОЩАМИ	100/50	16,08	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				256,45	92,3	80,5	180,9	1413
Всего				256,45	92,3	80,5	180,9	1413

Мед. сестра  О.В. Филина

Заведующий  Е.А. Неверова



Утверждаю

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

МЕНЮ

1 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	
	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	24,94	5,8	5	13,8	120
		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	15,60	0,4	0,4	9,8	47
	25	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	100	15,63	1,9	4,2	7,4	73
	112	СУП -ЛАПША С КУРИЦЕЙ	250	17,35	6,8	6,5	17,3	150
	235	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	47,33	12,7	7,9	8,9	150
	9	РИС С ОВОЩАМИ	110/70	20,31	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				303,08	114,2	100,1	210,7	1667
Всего				303,08	114,2	100,1	210,7	1667

Мед. сестра  О.В. Филина

Заведующий  Е.А. Неверова