

Утверждаю



Директор

МБОУ СОШ с. ВОСТОК

/В.А. Миниханова/

МЕНЮ

6 февраля 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 | | | | | | | | |
| | 268 | КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ | 100 | 72,92 | 15,2 | 15,1 | 13,8 | 243 |
| | 335 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 150 | 22,74 | 3,4 | 5,9 | 21,6 | 148 |
| | 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 |
| | 7 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 200/10/15 | 6,93 | 0,4 | | 10,2 | 44 |
| Итого | | | | 106,99 | 22,5 | 21,5 | 67 | 536 |
| Всего | | | | 106,99 | 22,5 | 21,5 | 67 | 536 |

Мед. сестра

О.В. Филина

Заведующий

Е.А. Неверова



Утверждаю

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

МЕНЮ

6 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 | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| | 268 | КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ | 120 | 87,50 | 18,4 | 18 | 16,5 | 292 |
| | 335 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 180 | 27,29 | 3,9 | 6,9 | 26 | 177 |
| | 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 |
| | 7 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 200/10/15 | 6,93 | 0,4 | | 10,2 | 44 |
| Итого | | | | 127,87 | 27,6 | 25,6 | 82,5 | 653 |
| Всего | | | | 127,87 | 27,6 | 25,6 | 82,5 | 653 |

Мед. сестра

О.В. Филина

Заведующий

Е.А. Неверова



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

МЕНЮ

6 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 | |
| | 268 | КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ | 100 | 72,88 | 15,2 | 15,1 | 13,8 | 243 |
| | 335 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 150 | 22,74 | 3,4 | 5,9 | 21,6 | 148 |
| | 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 |
| | 7 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 200/10/15 | 6,93 | 0,4 | | 10,2 | 44 |
| | 71 | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЕЦ) | 100 | 21,89 | 0,8 | 0,1 | 2,5 | 14 |
| | 82 | БОРЩ СО СВЕЖЕЙ КАПУСТОЙ С МЯСОМ | 200 | 32,21 | 5,6 | 5,7 | 12,9 | 123 |
| | 238 | РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ ПОД МОЛОЧНЫМ СОУСОМ | 100 | 27,75 | 12,5 | 12,4 | 5,1 | 174 |
| | 9 | РИС С ОВОЩАМИ | 100/50 | 19,38 | 2,8 | 6,5 | 26,1 | 170 |
| | 10 | КОМПОТ ЯГОДНЫЙ | 200 | 28,54 | 0,3 | 0,2 | 12,2 | 53 |
| | 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 |
| | 11 | БАНАНЫ СВЕЖИЕ | 100 | 31,85 | 1,5 | 0,5 | 21 | 96 |
| Итого | | | | 276,52 | 52,5 | 47,8 | 185,7 | 1349 |
| Всего | | | | 276,52 | 52,5 | 47,8 | 185,7 | 1349 |

Мед. сестра  О.В. Филина

Заведующий  Е.А. Неверова

Утверждаю




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

МЕНЮ

6 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 | |
| | 268 | КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ | 120 | 87,47 | 18,4 | 18 | 16,5 | 292 |
| | 335 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 180 | 27,34 | 3,9 | 6,9 | 26 | 177 |
| | 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 |
| | 7 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 200/10/15 | 6,93 | 0,4 | | 10,2 | 44 |
| | 71 | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЕЦ) | 100 | 21,89 | 0,8 | 0,1 | 2,5 | 14 |
| | 82 | БОРЩ СО СВЕЖЕЙ КАПУСТОЙ С МЯСОМ | 250 | 40,36 | 6,9 | 7,2 | 16,3 | 154 |
| | 238 | РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ ПОД МОЛОЧНЫМ СОУСОМ | 120 | 33,20 | 15 | 14,7 | 6 | 208 |
| | 9 | РИС С ОВОЩАМИ | 110/70 | 24,71 | 3,2 | 7,9 | 29,2 | 196 |
| | 10 | КОМПОТ ЯГОДНЫЙ | 200 | 28,55 | 0,3 | 0,2 | 12,2 | 53 |
| | 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 |
| | 11 | БАНАНЫ СВЕЖИЕ | 100 | 31,85 | 1,5 | 0,5 | 21 | 96 |
| Итого | | | | 318,15 | 63,1 | 57,3 | 217,1 | 1596 |
| Всего | | | | 318,15 | 63,1 | 57,3 | 217,1 | 1596 |

Мед. сестра  О.В. Филина

Заведующий  Е.А. Неверова