



МЕНЮ
 8 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								
	287	ТЕФТЕЛИ ЕЖИКИ МЯСНЫЕ	100	61,70	12,5	14,8	11,4	221
	143	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	150	28,62	3,2	6,3	15,9	129
	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
	16	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200/5	6,97	2,2	1,7	8,3	55
Итого				101,69	21,4	23,3	57	506
Всего				101,69	21,4	23,3	57	506

Мед. сестра О.В. Филина

Заведующий Е.А. Неверова



Утверждаю

Директор

МБОУ СОШ с. ВОСТОК

/В.А. Миниханова/

МЕНЮ

8 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								
	287	ТЕФТЕЛИ ЕЖИКИ МЯСНЫЕ	120	74,12	15	17,9	13,5	265
	143	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	180	34,40	3,8	7,5	18,9	155
	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
	16	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200/5	6,97	2,2	1,7	8,3	55
Итого				121,64	25,9	27,8	70,5	615
Всего				121,64	25,9	27,8	70,5	615

Мед. сестра

О.В. Филина

Заведующий

Е.А. Неверова



Утверждаю

Директор

МБОУ СОШ с. ВОСТОК

/В.А. Миниханова/

МЕНЮ

8 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	
	287	ТЕФТЕЛИ ЕЖИКИ МЯСНЫЕ	100	61,65	12,5	14,8	11,4	221
	143	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	150	28,96	3,2	6,3	15,9	129
	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
	16	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200/5	6,97	2,2	1,7	8,3	55
	52	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	100	12,09	1,4	4,1	7,9	73
	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	200	37,76	1,6	2,6	12,4	78
	260	ГУЛЯШ	55/35	61,80	12,9	14	3,1	183
	171,1	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	150	12,59	8,5	6,1	36,9	231
	17	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	10,19	0,7	0,3	17,9	87
	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
	18	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	100	41,83	0,9	0,2	7,4	39
Итого				286,19	53,9	51,5	181,5	1380
Всего				286,19	53,9	51,5	181,5	1380

Мед. сестра  Г.В. Филина

Заведующий  Е.А. Неверова



Утверждаю

Директор

МБОУ СОШ с. ВОСТОК

/В.А. Миниханова/

МЕНЮ

8 февраля 2024 г.

Завтрак,обед(ОВЗ) 12-18лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
	287	ТЕФТЕЛИ ЕЖИКИ МЯСНЫЕ	120	74,17	15	17,9	13,5	265
	143	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	180	34,69	3,8	7,5	18,9	155
	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
	16	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200/5	6,97	2,2	1,7	8,3	55
	52	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	100	1,91	1,4	4,1	7,9	73
	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250	47,29	2	3,3	15,5	98
	260	ГУЛЯШ	75/45	82,31	17,3	18,7	4	245
	17	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	10,19	0,7	0,3	17,9	87
	171,1	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	180	15,09	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
	18	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	100	41,83	0,9	0,2	7,4	39
Итого				330,30	66,2	62,8	214,8	1656
Всего				330,30	66,2	62,8	214,8	1656

Мед. сестра  О.В. Филина

Заведующий  Е.А. Неверова