

Утверждаю



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

МЕНЮ

12 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								
	267	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С ОВОЩАМИ	200	32,19	3,7	5,9	15,1	126
	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
	11	БАНАНЫ СВЕЖИЕ	100	31,82	1,5	0,5	21	96
Итого				75,34	9,1	6,9	67,7	367
Всего				75,34	9,1	6,9	67,7	367

Мед. сестра  О.В. Филина

Заведующий  Е.А. Неверова

Утверждаю



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

МЕНЮ

12 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								
	267	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С ОВОЩАМИ	250	40,27	4,6	7,5	18,7	157
	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
	11	БАНАНЫ СВЕЖИЕ	100	31,82	1,5	0,5	21	96
Итого				85,17	11,4	8,7	79,7	437
Всего				85,17	11,4	8,7	79,7	437

Мед. сестра  О.В. Филина

Заведующий  Е.А. Неверова

Утверждаю



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

МЕНЮ

12 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	
	267	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С ОВОЩАМИ	200	32,70	3,8	6	15,1	128
	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
	11	БАНАНЫ СВЕЖИЕ	100	31,85	1,5	0,5	21	96
	24	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	100	21,03	1	4,1	3,5	57
	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРВДСКИЙ С МЯСОМ	200	29,38	5,1	5,5	12,6	119
	289	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	200	49,91	15,1	17,5	18,5	282
	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
Итого				194,34	37,6	35,3	159,1	1097
Всего				194,34	37,6	35,3	159,1	1097

Мед. сестра  О.В. Филина

Заведующий  Е.А. Неверова



МЕНЮ

12 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	
	267	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С ОВОЩАМИ	250	40,79	4,8	7,7	18,7	160
	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
	11	БАНАНЫ СВЕЖИЕ	100	31,85	1,5	0,5	21	96
	24	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	100	21,03	1	4,1	3,5	57
	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРВДСКИЙ С МЯСОМ	250	36,38	6,2	7,1	15,7	148
	289	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	250	60,64	19,1	21,7	23	352
	17	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	10,19	0,7	0,3	17,9	87
	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				223,66	46,4	43,2	187,2	1306
Всего				223,66	46,4	43,2	187,2	1306

Мед. сестра О.В. Филина

Заведующий Е.А. Неверова