



Утверждаю

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

МЕНЮ
13 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 | | | | | | | | |
| | 268 | БИТОЧКИ МЯСНЫЕ | 100 | 72,91 | 15,2 | 15,1 | 13,8 | 243 |
| | 139 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ | 150 | 19,81 | 3,6 | 4 | 14,7 | 109 |
| | 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 | | | | 104,09 | 24,5 | 21,3 | 58,2 | 508 |
| Всего | | | | 104,09 | 24,5 | 21,3 | 58,2 | 508 |

Мед. сестра  О.В. Филина

Заведующий  Е.А. Неверова



Утверждаю

Директор

МБОУ СОШ с ВОСТОК

/В.А. Миниханова/

МЕНЮ

13 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 | БИТОЧКИ МЯСНЫЕ | 120 | 87,48 | 18,4 | 18 | 16,5 | 292 |
| | 139 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ | 180 | 23,83 | 4,4 | 4,7 | 17,6 | 130 |
| | 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 | | | | 124,43 | 29,9 | 25,1 | 72,2 | 617 |
| Всего | | | | 124,43 | 29,9 | 25,1 | 72,2 | 617 |

Мед. сестра

О.В. Филина

Заведующий

Е.А. Неверова

Утверждаю

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

МЕНЮ

13 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 | |
| | 268 | БИТОЧКИ МЯСНЫЕ | 100 | 72,88 | 15,2 | 15,1 | 13,8 | 243 |
| | 139 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ | 150 | 20,33 | 3,6 | 4 | 14,7 | 109 |
| | 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 |
| | 31 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ | 100 | 20,53 | 4,7 | 9,7 | 6,5 | 132 |
| | 21 | СУП С МОРСКОЙ КАПУСТОЙ С КУРИЦЕЙ | 200 | 18,11 | 3,7 | 4,8 | 6,3 | 80 |
| | 262 | СЕРДЦЕ В СОУСЕ | 60/30 | 38,10 | 12,3 | 5,2 | 4,1 | 109 |
| | 335 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 150 | 22,74 | 3,4 | 5,9 | 21,6 | 148 |
| | 20 | СОК НАТУР В АССОРТИМЕНТЕ | 200 | 19,02 | 1,9 | | 18,2 | 83 |
| | 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 |
| | | ГРУША СВЕЖАЯ | 100 | 35,26 | 0,4 | 0,3 | 9,4 | 42 |
| Итого | | | | 266,29 | 57,4 | 48,1 | 163,2 | 1285 |
| Всего | | | | 266,29 | 57,4 | 48,1 | 163,2 | 1285 |

Мед. сестра  О.В. Филина

Заведующий  Е.А. Неверова

Утверждаю



Директор

МБОУ СОШ с ВОСТОК

/В.А. Миниханова/


МЕНЮ

13 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 | БИТОЧКИ МЯСНЫЕ | 120 | 87,47 | 18,4 | 18 | 16,5 | 292 |
| | 139 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ | 180 | 24,18 | 4,4 | 4,7 | 17,6 | 130 |
| | 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 |
| | 31 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ | 100 | 20,53 | 4,7 | 9,7 | 6,5 | 132 |
| | 21 | СУП С МОРСКОЙ КАПУСТОЙ С КУРИЦЕЙ | 250 | 22,58 | 4,6 | 6 | 7,9 | 100 |
| | 262 | СЕРДЦЕ В СОУСЕ | 80/40 | 50,73 | 16,3 | 7 | 5,6 | 145 |
| | 335 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 180 | 27,34 | 3,9 | 6,9 | 26 | 177 |
| | 20 | СОК НАТУР В АССОРТИМЕНТЕ | 200 | 19,01 | 1,9 | | 18,2 | 83 |
| | 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 |
| | | ГРУША СВЕЖАЯ | 100 | 35,26 | 0,4 | 0,3 | 9,4 | 42 |
| Итого | | | | 309,92 | 69,5 | 56,1 | 193,2 | 1518 |
| Всего | | | | 309,92 | 69,5 | 56,1 | 193,2 | 1518 |

Мед. сестра  О.В. Филина

Заведующий  Е.А. Неверова