



Утверждаю

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

МЕНЮ

16 февраля 2024 г.

Завтрак (7-11)лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	22,53	6,9	9,2	32,7	236
	15	СЫР	15	11,52	3,4	3		41
	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	10,00	0,1	7,2	0,1	67
	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
	13	КАКАО НА МОЛОКЕ	200/5	19,50	6,6	5,5	14,2	129
		ГРУША СВЕЖАЯ	100	35,23	0,4	0,3	9,4	42
Итого				103,18	20,9	25,7	77,8	616
Всего				103,18	20,9	25,7	77,8	616

Мед. сестра  О.В. Филина

Заведующий  Е.А. Неверова

Утверждаю



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

МЕНЮ

16 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								
	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	250	28,17	8,7	11,5	41	296
	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	10,00	0,1	7,2	0,1	67
	15	СЫР	20	15,33	4,7	6,1		75
	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
	13	КАКАО НА МОЛОКЕ	200/5	19,50	6,6	5,5	14,2	129
		ГРУША СВЕЖАЯ	100	35,22	0,4	0,3	9,4	42
Итого				114,37	25,4	31,3	94,5	749
Всего				114,37	25,4	31,3	94,5	749

Мед. сестра  О.В. Филина

Заведующий  Е.А. Неверова



Утверждаю

Директор

МБОУ СОШ с. ВОСТОК

/В.А. Миниханова/

МЕНЮ

16 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	
	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	22,53	6,9	9,2	32,7	236
	15	СЫР	15	11,54	3,4	3		41
	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	10,00	0,1	7,2	0,1	67
	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
	13	КАКАО НА МОЛОКЕ	200/5	19,50	6,6	5,5	14,2	129
		ГРУША СВЕЖАЯ	100	35,26	0,4	0,3	9,4	42
	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	100	10,25	1,2	0,1	11,2	52
	24	СВЕКОЛЬНИК С МЯСОМ	200	31,47	5,3	5,4	12,9	119
	290	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	55/35	39,11	12,5	15,6	3,4	195
	171,1	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	150	12,59	8,5	6,1	36,9	231
	15	КИСЕЛЬ ЯГОДНЫЙ	200	28,23	0,3	0,1	15,8	67
	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				232,83	55,2	53,9	196,9	1463
Всего				232,83	55,2	53,9	196,9	1463

Мед. сестра

О.В. Филина

Заведующий

Е.А. Неверова

Утверждаю



Директор

МБОУ СОШ с. ВОСТОК

В.А. Миниханова

МЕНЮ

16 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	
	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	250	28,18	8,7	11,5	41	296
	15	СЫР	20	15,27	4,7	6,1		75
	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	10,00	0,1	7,2	0,1	67
	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
	13	КАКАО НА МОЛОКЕ	200/5	19,50	6,6	5,5	14,2	129
		ГРУША СВЕЖАЯ	100	35,26	0,4	0,3	9,4	42
	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	100	10,25	1,2	0,1	11,2	52
	24	СВЕКОЛЬНИК С МЯСОМ	250	39,28	6,8	6,8	16,1	148
	290	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	70/50	52,15	16,7	20,8	4,5	260
	15	КИСЕЛЬ ЯГОДНЫЙ	200	28,23	0,3	0,1	15,8	67
	171,1	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	180	15,08	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
Итого				269,05	68,4	67,5	233,7	1775
Всего				269,05	68,4	67,5	233,7	1775

Мед. сестра

О.В. Филина

Заведующий

Е.А. Неверова