



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

МЕНЮ

1 марта 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								
	210	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	180	56,40	16,6	22,6	3,2	271
	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	10,00	0,1	7,2	0,1	67
	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	60	14,21	0,7	0,1	2,1	13
	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
	19	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	1,62			9,1	36
Итого				86,63	20,9	30,4	35,9	488
Всего				86,63	20,9	30,4	35,9	488

Мед. сестра О.В. Филина

Заведующий Е.А. Неверова



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

МЕНЮ

1 марта 2024 г.

Завтрак (12-18)лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
	210	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200	62,52	17,6	24,2	3,4	291
	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	100	23,69	1	0,2	3,5	22
	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
	19	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	1,63			9,1	36
Итого				103,99	23,6	32,3	45,9	556
Всего				103,99	23,6	32,3	45,9	556

Мед. сестра *О.В. Филина* О.В. Филина

Заведующий *Е.А. Неверова* Е.А. Неверова

