

Утверждаю

Директор

МБОУ СОШ с. ВОСТОК

В.А. Миниханова/

# МЕНЮ

11 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	
<b>Завтрак</b>								
	190	КАША "ДРУЖБА" МОЛОЧНАЯ	200	19,26	6	8,7	25,2	197
	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
	3	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200/5	16,00	6,4	5	16,7	134
		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	20,40	0,4	0,4	9,8	47
<b>Итого</b>				<b>81,58</b>	<b>19,8</b>	<b>24,8</b>	<b>73,2</b>	<b>587</b>
<b>Всего</b>				<b>81,58</b>	<b>19,8</b>	<b>24,8</b>	<b>73,2</b>	<b>587</b>

Мед. сестра  О.В. Филина

Заведующий  Е.А. Неверова

Утверждаю

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



# МЕНЮ

11 марта 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	
<b>Завтрак</b>								
	190	КАША "ДРУЖБА" МОЛОЧНАЯ	250	24,09	7,3	10,6	31,6	246
	15	СЫР	20	15,34	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
	3	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200/5	16,00	6,4	5	16,7	134
		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	20,40	0,4	0,4	9,8	47
<b>Итого</b>				<b>91,98</b>	<b>23,8</b>	<b>30</b>	<b>88</b>	<b>709</b>
<b>Всего</b>				<b>91,98</b>	<b>23,8</b>	<b>30</b>	<b>88</b>	<b>709</b>

Мед. сестра  О.В. Филина

Заведующий  Е.А. Неверова

Утверждаю

Директор

МБОУ СОШ с. ВОСТОК

(В.А. Миниханова/



# МЕНЮ

11 марта 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	
	190	КАША "ДРУЖБА" МОЛОЧНАЯ	200	19,26	6	8,7	25,2	197
	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
	3	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200/5	16,00	6,4	5	16,7	134
		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	20,40	0,4	0,4	9,8	47
	8	НАРЕЗКА ОВОЩНАЯ (ПОМИДОР/ ОГУРЕЦ/ПЕРЦЕМ СЛАДКИЙ) С МАСЛОМ	100	30,49	1	2,9	3,6	45
	102	СУП ГОРОХОВЫЙ С КУРИЦЕЙ	200	19,72	6,7	5,7	15,1	134
	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С МЯСОМ	200	61,33	15	24	25,5	365
	6	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,80	0,6	0,2	22,2	92
	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
<b>Итого</b>				<b>209,89</b>	<b>49,6</b>	<b>58,5</b>	<b>178,5</b>	<b>1406</b>
<b>Всего</b>				<b>209,89</b>	<b>49,6</b>	<b>58,5</b>	<b>178,5</b>	<b>1406</b>

Мед. сестра  О.В. Филина

Заведующий  Е.А. Неверова

Утверждаю

Директор

МБОУ СОШ с. ВОСТОК

Е.А. Миниханова/



# МЕНЮ

11 марта 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	
	190	КАША "ДРУЖБА" МОЛОЧНАЯ	250	24,06	7,3	10,6	31,6	246
	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
	3	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200/5	16,00	6,4	5	16,7	134
		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	20,40	0,4	0,4	9,8	47
	8	НАРЕЗКА ОВОЩНАЯ (ПОМИДОР/ ОГУРЕЦ/ПЕРЦЕМ СЛАДКИЙ) С МАСЛОМ	100	30,49	1	2,9	3,6	45
	102	СУП ГОРОХОВЫЙ С КУРИЦЕЙ	250	24,75	8,3	7,3	18,7	168
	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С МЯСОМ	250	76,56	18,8	30,1	31,9	456
	6	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,80	0,6	0,2	22,2	92
	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
<b>Итого</b>				<b>242,18</b>	<b>60,3</b>	<b>71,6</b>	<b>211,8</b>	<b>1692</b>
<b>Всего</b>				<b>242,18</b>	<b>60,3</b>	<b>71,6</b>	<b>211,8</b>	<b>1692</b>

Мед. сестра  О.В. Филина

Заведующий  Е.А. Неверова