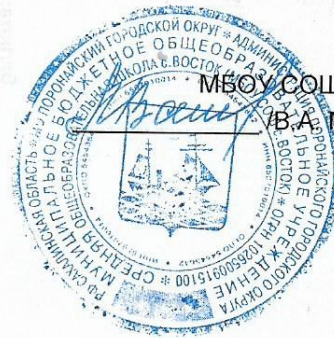


Утверждаю

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



МЕНЮ

14 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								
	287	ТЕФТЕЛИ ЕЖИКИ МЯСНЫЕ	100	48,90	11,6	17,6	11,4	241
	171,1	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	150	12,41	8,5	6,1	36,9	231
	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				67,33	23,6	24,2	78,8	609
Всего				67,33	23,6	24,2	78,8	609

Мед. сестра  О.В. Филина

Заведующий  Е.А. Неверова

Утверждаю



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

МЕНЮ

14 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	
Завтрак								
	287	ТЕФТЕЛИ ЕЖИКИ МЯСНЫЕ	120	58,68	13,9	21,3	13,5	290
	171,1	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	180	14,89	10,2	7,3	44,2	277
	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	1,62			9,1	36
Итого				81,34	29	29,3	96,6	743
Всего				81,34	29	29,3	96,6	743

Мед. сестра  О.В. Филина

Заведующий  Е.А. Неверова

Утверждаю

Директор

МБОУ СОШ с. ВОСТОК

И.В.А. Миниханова/



МЕНЮ

14 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	
	287	ТЕФТЕЛИ ЕЖИКИ МЯСНЫЕ	100	48,80	11,6	17,6	11,4	241
	171,1	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	150	12,41	8,5	6,1	36,9	231
	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	1,50			9,1	36
	8	НАРЕЗКА ОВОЩНАЯ (ПОМИДОР/ОГУРЕЦ/ПЕРЦЕМ СЛАДКИЙ)	100	30,03	1	0,1	3,6	21
	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	200	38,37	1,6	2,6	12,4	78
	260	ГУЛЯШ	55/35	61,96	12,9	14	3,1	183
	171,1	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	150	12,41	8,5	6,1	36,9	231
	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
	18	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	100	41,83	0,9	0,2	7,4	39
Итого				269,85	55,7	48,4	199	1431
Всего				269,85	55,7	48,4	199	1431

Мед. сестра О.В. Филина

Заведующий Е.А. Неверова

Утверждаю

Директор

МБОУ СОШ с. ВОСТОК

В.А. Миниханова/

МЕНЮ

14 марта 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	
	287	ТЕФТЕЛИ ЕЖИКИ МЯСНЫЕ	120	58,68	13,9	21,3	13,5	290
	171,1	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	180	14,87	10,2	7,3	44,2	277
	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	1,50			9,1	36
	8	НАРЕЗКА ОВОЩНАЯ (ПОМИДОР/ ОГУРЕЦ/ПЕРЦЕМ СЛАДКИЙ)	100	30,03	1	0,1	3,6	21
	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250	48,07	2	3,3	15,5	98
	260	ГУЛЯШ	75/45	82,52	17,3	18,7	4	245
	171,1	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	180	14,87	10,2	7,3	44,2	277
	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
	18	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	100	41,83	0,9	0,2	7,4	39
Итого				318,41	68,9	60,3	236,6	1732
Всего				318,41	68,9	60,3	236,6	1732

Мед. сестра  О.В. Филина

Заведующий  Е.А. Неверова