

Утверждаю

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

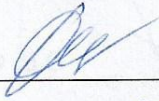
МЕНЮ

18 марта 2024 г.

Завтрак (7-11)лет



Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак								
	233	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ ПОД МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	100	32,76	12,5	12,4	5,1	174
	315	РИС ОТВАРНОЙ	150	11,53	3,5	5,8	36,1	206
	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
	7	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/10/15	8,91	0,1		9,6	41
	11	БАНАНЫ СВЕЖИЕ	100	31,82	1,5	0,5	21	96
Итого				89,42	21,1	19,2	93,2	618
Всего				89,42	21,1	19,2	93,2	618

Мед. сестра  О.В. Филина

Заведующий  Е.А. Неверова

Утверждаю

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

МЕНЮ

18 марта 2024 г.

Завтрак (12-18)лет



Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак								
	233	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ ПОД МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	120	39,18	15	14,7	6	208
	315	РИС ОТВАРНОЙ	180	13,81	4,3	6,9	43,4	247
	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
	7	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/10/15	8,90	0,1		9,6	41
	11	БАНАНЫ СВЕЖИЕ	100	31,82	1,5	0,5	21	96
Итого				99,86	25,8	22,8	109,8	732
Всего				99,86	25,8	22,8	109,8	732

Мед. сестра  О.В. Филина

Заведующий  Е.А. Неверова

