

Утверждаю

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



МЕНЮ

19 марта 2024 г.

Завтрак (7-11)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								
	268	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	100	72,91	15,2	15,1	13,8	243
	331	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	10,81	5,4	5,5	31,8	193
	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				89,74	24,1	21,1	76,1	573
Всего				89,74	24,1	21,1	76,1	573

Мед. сестра О.В. Филина

Заведующий Е.А. Неверова

Утверждаю

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

МЕНЮ

19 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								
	268	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	120	87,50	18,4	18	16,5	292
	331	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	180	12,97	6,6	6,4	38,2	232
	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				108,25	29,9	25,1	93,6	700
Всего				108,25	29,9	25,1	93,6	700

Мед. сестра

О.В. Филина

Заведующий

Е.А. Неверова

Утверждаю

Директор

МБОУ СОШ с. ВОСТОК

В.А. Миниханова/

МЕНЮ

19 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	
	268	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	100	72,88	15,2	15,1	13,8	243
	331	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	10,81	5,4	5,5	31,8	193
	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) С МАСЛОМ	100	30,49	1	2,9	3,6	45
	21	СУП С МОРСКОЙ КАПУСТОЙ С КУРИЦЕЙ	200	18,43	3,7	4,8	6,3	80
	262	СЕРДЦЕ В СОУСЕ	60/30	38,11	12,3	5,2	4,1	109
	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	23,99	3,4	5,9	21,6	148
	20	СОК НАТУР В АССОРТИМЕНТЕ	200	19,02	1,9		18,2	83
	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
		ГРУША СВЕЖАЯ	100	35,26	0,4	0,3	9,4	42
Итого				262,84	53,3	41,1	178,2	1263
Всего				262,84	53,3	41,1	178,2	1263

Мед. сестра  О.В. Филина

Заведующий  Е.А. Неверова

Утверждаю

Директор

МБОУ СОШ с. ВОСТОК

И.В.А. Миниханова/

МЕНЮ

19 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	
	268	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	120	87,47	18,4	18	16,5	292
	331	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	180	13,03	6,6	6,4	38,2	232
	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) С МАСЛОМ	100	30,49	1	2,9	3,6	45
	21	СУП С МОРСКОЙ КАПУСТОЙ С КУРИЦЕЙ	250	22,88	4,6	6	7,9	100
	262	СЕРДЦЕ В СОУСЕ	80/40	50,73	16,3	7	5,6	145
	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	28,84	3,9	6,9	26	177
	20	СОК НАТУР В АССОРТИМЕНТЕ	200	19,01	1,9		18,2	83
	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
		ГРУША СВЕЖАЯ	100	35,26	0,4	0,3	9,4	42
Итого				305,06	65,8	49,3	211,7	1514
Всего				305,06	65,8	49,3	211,7	1514

Мед. сестра  О.В. Филина

Заведующий  Е.А. Неверова