

Утверждаю

Директор

МБОУ СОШ с. ВОСТОК

/В.А. Миниханова/



МЕНЮ

22 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								
	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	22,53	6,9	9,2	32,7	236
	15	СЫР	15	11,51	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
	13	КАКАО НА МОЛОКЕ	200/5	19,50	6,6	5,5	14,2	129
		ГРУША СВЕЖАЯ	100	35,23	0,4	0,3	9,4	42
Итого				103,17	20,9	25,7	77,8	616
Всего				103,17	20,9	25,7	77,8	616

Мед. сестра  О.В. Филина

Заведующий  Е.А. Неверова

Утверждаю

Директор

МБОУ СОШ с. ВОСТОК

/В.А. Миниханова/

МЕНЮ

22 марта 2024 г.

Завтрак,обед(ОВЗ) 12-18лет



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	250	28,19	8,7	11,5	41	296
	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
	13	КАКАО НА МОЛОКЕ	200/5	19,50	6,6	5,5	14,2	129
		ГРУША СВЕЖАЯ	100	35,26	0,4	0,3	9,4	42
	8	НАРЕЗКА ОВОЩНАЯ (ПОМИДОР/ОГУРЕЦ/ПЕРЦЕМ СЛАДКИЙ)	100	30,03	1	0,1	3,6	21
	24	СВЕКОЛЬНИК С МЯСОМ	250	39,67	6,8	6,8	16,1	148
	290	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	70/50	52,15	16,7	20,8	4,5	260
	15	КИСЕЛЬ ЯГОДНЫЙ	200	28,23	0,3	0,1	15,8	67
	171,1	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	180	14,18	10,2	7,3	44,2	277
	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
Итого				288,33	68,2	67,5	226,1	1744
Всего				288,33	68,2	67,5	226,1	1744

Мед. сестра  О.В. Филина

Заведующий  Е.А. Неверова