

Утверждаю

Директор

МБОУ СОШ с. ВОСТОК

/В.А. Миниханова/

МЕНЮ

3 мая 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								
	210	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	180	82,75	15,90	21,90	3,20	261,00
	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	10,00	0,10	7,20	0,10	67,00
	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	60	14,21	0,60	0,10	2,10	13,00
	1	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,70	1,30	0,20	7,70	37,00
	2	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,70	2,30	0,30	13,70	64,00
	19	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	1,61	0,00	0,00	9,10	36,00
Итого				112,97	20,20	29,70	35,90	478,00
Всего				112,97	20,20	29,70	35,90	478,00

Мед. сестра

О.В. Филина

Начальник х.о.

Е.А. Неверова

Утверждаю

Директор

МБОУ СОШ с. ВОСТОК

В.А. Миниханова/

МЕНЮ
3 мая 2024 г.

Завтрак (12-18)лет



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
	210	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200	91,67	17,50	24,30	3,60	290,00
	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	100	23,70	1,10	0,20	3,50	22,00
	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	10,00	0,10	7,20	0,10	67,00
	1	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,55	1,90	0,20	11,60	55,00
	2	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,60	3,00	0,40	18,20	85,00
	19	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	1,62	0,00	0,00	9,10	36,00
Итого				133,14	23,60	32,30	46,10	555,00
Всего				133,14	23,60	32,30	46,10	555,00

Мед. сестра  О.В. Филина

Начальник х.о.  Е.А. Неверова

Утверждаю

Директор

МБОУ СОШ с. ВОСТОК

/В.А. Миниханова/

МЕНЮ

3 мая 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	
ОВЗ								
	210	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	180	82,10	15,70	21,70	3,20	260,00
	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	10,00	0,10	7,20	0,10	67,00
	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	60	14,23	0,60	0,10	2,10	13,00
	1	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,70	1,30	0,20	7,70	37,00
	2	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,70	2,30	0,30	13,70	64,00
	19	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	1,50	0,00	0,00	9,10	36,00
	8	НАРЕЗКА ОВОЩНАЯ (ПОМИДОР/ ОГУРЕЦ/ПЕРЦЕМ СЛАДКИЙ)	100	30,03	1,00	0,10	3,60	21,00
	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРИЦЕЙ	200	20,83	4,80	5,80	14,90	127,00
	265	ПЛОВ С МЯСОМ	200	51,16	18,20	29,20	40,20	480,00
	20	СОК НАТУР В АССОРТИМЕНТЕ	200	19,02	1,90	0,00	18,20	83,00
	1	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,55	1,90	0,20	11,60	55,00
	2	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	5,40	4,60	0,60	27,30	128,00
		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	20,40	0,40	0,40	9,80	47,00
Итого				261,62	52,80	65,80	161,50	1 418,00
Всего				261,62	52,80	65,80	161,50	1 418,00

Мед. сестра  О.В. Филина

Начальник х.о.  Е.А. Неверова

Утверждаю

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



МЕНЮ

3 мая 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	
ОВЗ								
	210	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200	90,75	17,40	24,00	3,60	287,00
	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	10,00	0,10	7,20	0,10	67,00
	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	100	23,68	1,10	0,20	3,50	22,00
	1	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,55	1,90	0,20	11,60	55,00
	2	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,60	3,00	0,40	18,20	85,00
	19	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	1,50	0,00	0,00	9,10	36,00
	8	НАРЕЗКА ОВОЩНАЯ (ПОМИДОР/ ОГУРЕЦ/ПЕРЦЕМ СЛАДКИЙ)	100	30,03	1,00	0,10	3,60	21,00
	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРИЦЕЙ	250	25,96	5,90	7,20	18,60	158,00
	265	ПЛОВ С МЯСОМ	250	63,97	22,70	36,50	50,30	600,00
	1	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,40	2,50	0,30	15,40	73,00
	20	СОК НАТУР В АССОРТИМЕНТЕ	200	19,01	1,90	0,00	18,20	83,00
	2	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70	6,30	5,30	0,70	31,90	149,00
		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	20,40	0,40	0,40	9,80	47,00
Итого				301,15	63,20	77,20	193,90	1 683,00
Всего				301,15	63,20	77,20	193,90	1 683,00

Мед. сестра  О.Б. Филина

Начальник х.о.  Е.А. Неверова