

Утверждаю

Директор

МБОУ СОШ с. ВОСТОК

/В.А. Миниханова/

МЕНЮ


6 мая 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								
	233	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ ПОД МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	100	32,75	12,50	12,30	5,00	174,00
	315	РИС ОТВАРНОЙ	150	12,34	3,60	5,80	36,10	206,00
	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
	7	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/10/15	8,91	0,10	0,00	9,50	41,00
	11	БАНАНЫ СВЕЖИЕ	100	31,82	1,50	0,50	21,00	96,00
Итого				90,22	21,30	19,10	93,00	618,00
Всего				90,22	21,30	19,10	93,00	618,00

Мед. сестра  О.В. Филина

Начальник х.о.  Е.А. Неверова

Утверждаю

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



МЕНЮ

6 мая 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								
	233	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ ПОД МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	120	39,18	15,00	14,70	6,00	208,00
	315	РИС ОТВАРНОЙ	180	14,79	4,30	6,90	43,40	247,00
	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
	7	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/10/15	8,90	0,10	0,00	9,50	41,00
	11	БАНАНЫ СВЕЖИЕ	100	31,82	1,50	0,50	21,00	96,00
Итого				100,84	25,80	22,70	109,70	732,00
Всего				100,84	25,80	22,70	109,70	732,00

Мед. сестра  О.В. Филина

Начальник х.о.  Е.А. Неверова

Утверждаю

Директор

МБОУ СОШ с. ВОСТОК

В.А. Миниханова/

МЕНЮ

6 мая 2024 г.

Завтрак,обед (ОВЗ) 7-11 лет



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ОВЗ								
	233	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ ПОД МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	100	32,80	12,50	12,40	5,00	175,00
	315	РИС ОТВАРНОЙ	150	12,33	3,60	5,70	36,10	206,00
	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
	7	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/10/15	8,90	0,10	0,00	9,50	41,00
	11	БАНАНЫ СВЕЖИЕ	100	31,85	1,50	0,50	21,00	96,00
	8	НАРЕЗКА ОВОЩНАЯ (ПОМИДОР/ ОГУРЕЦ/ПЕРЦЕМ СЛАДКИЙ) С МАСЛОМ	100	30,49	1,00	2,90	3,60	45,00
	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ	200	29,93	5,10	5,70	12,60	119,00
	289	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	200	50,74	15,20	17,40	18,50	282,00
	17	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	10,19	0,70	0,30	17,90	87,00
	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
Итого				219,58	49,80	46,20	184,50	1 335,00
Всего				219,58	49,80	46,20	184,50	1 335,00

Мед. сестра  О.В. Филина

Начальник х.о.  Е.А. Неверова

Утверждаю

Директор

МБОУ СОШ с. ВОСТОК

/В.А. Миниханова/



МЕНЮ
6 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								
	233	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ ПОД МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	120	39,06	14,90	14,60	5,90	207,00
	315	РИС ОТВАРНОЙ	180	14,72	4,30	6,80	43,40	247,00
	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
	7	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/10/15	8,90	0,10	0,00	9,50	41,00
	11	БАНАНЫ СВЕЖИЕ	100	31,85	1,50	0,50	21,00	96,00
	8	НАРЕЗКА ОВОЩНАЯ (ПОМИДОР/ ОГУРЕЦ/ПЕРЦЕМ СЛАДКИЙ) С МАСЛОМ	100	30,49	1,00	2,90	3,60	45,00
	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРВДСКИЙ С МЯСОМ	250	36,70	6,20	6,90	15,80	146,00
	289	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	250	63,38	19,00	21,80	23,10	352,00
	17	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	10,19	0,70	0,30	17,90	87,00
	1	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,40	2,50	0,30	15,40	73,00
	2	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70	6,30	5,30	0,70	31,90	149,00
Итого				251,14	60,40	55,40	217,30	1 583,00
Всего				251,14	60,40	55,40	217,30	1 583,00

Мед. сестра  О.В. Филина

Начальник х.о.  Е.А. Неверова