

Утверждаю

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



МЕНЮ

22 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								
	210	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	180	82,95	15,90	21,90	3,20	262,00
	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	1,62	0,00	0,00	9,10	36,00
Итого				113,18	20,20	29,70	35,90	479,00
Всего				113,18	20,20	29,70	35,90	479,00

Мед. сестра  О.В. Филина

Начальник х.о.  Е.А. Неверова

Утверждаю

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



МЕНЮ
22 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								
	210	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200	91,92	17,60	24,30	3,60	291,00
	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	100	23,69	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	1,63	0,00	0,00	9,10	36,00
Итого				133,39	23,70	32,30	46,10	556,00
Всего				133,39	23,70	32,30	46,10	556,00

Мед. сестра _____ О.В. Филина

Начальник х.о. _____ Е.А. Неверова

Утверждаю

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



МЕНЮ
22 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								
	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
	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЕЦ)	100	21,89	0,80	0,10	2,50	14,00
	87	ЩИ ИЗ СВЕЖ. КАПУСТЫ С КУРИЦЕЙ	200	27,49	5,30	6,80	8,60	113,00
	22	РАГУ ОВОЩНОЕ С ГОВЯДИНОЙ	200	99,85	16,30	14,80	19,70	269,00
	10	КОМПОТ ЯГОДНЫЙ	200	13,00	0,10	0,10	10,30	43,00
	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
	18	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	100	41,83	0,90	0,20	7,40	39,00
Итого				324,24	49,90	52,30	123,30	1 138,00
Всего				324,24	49,90	52,30	123,30	1 138,00

Мед. сестра О.В. Филина

Начальник х.о. Е.А. Неверова

Утверждаю

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



МЕНЮ
22 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	90,74	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
	87	ЩИ ИЗ СВЕЖ. КАПУСТЫ С КУРИЦЕЙ	250	34,26	6,60	8,40	10,70	141,00
	22	РАГУ ОВОЩНОЕ С ГОВЯДИНОЙ	250	123,47	20,40	18,70	24,80	339,00
	1	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,40	2,50	0,30	15,40	73,00
	10	КОМПОТ ЯГОДНЫЙ	200	13,00	0,10	0,10	10,30	43,00
	2	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70	6,30	5,30	0,70	31,90	149,00
	18	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	100	41,83	0,90	0,20	7,40	39,00
Итого				384,36	60,30	60,50	150,20	1 357,00
Всего				384,36	60,30	60,50	150,20	1 357,00

Мед. сестра О.В. Филина

Начальник х.о. Е.А. Неверова