

Утверждаю

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

МЕНЮ

23 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 | | | | | | | | |
| | 224 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ | 200/20 | 103,44 | 32,70 | 21,40 | 40,80 | 476,00 |
| | 23 | ВАФЛИ | 30 | 9,62 | 25,20 | 29,70 | 0,70 | 3,00 |
| | 3 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ | 200/5 | 16,00 | 6,40 | 4,90 | 16,60 | 134,00 |
| | | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ | 100 | 20,40 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| Итого | | | | 149,46 | 64,70 | 56,40 | 67,90 | 660,00 |
| Всего | | | | 149,46 | 64,70 | 56,40 | 67,90 | 660,00 |

Мед. сестра О.В. Филина

Начальник х.о. Е.А. Неверова

Утверждаю

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

МЕНЮ

23 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 | | | | | | | | |
| | 224 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ | 250/30 | 131,19 | 41,20 | 27,20 | 53,60 | 611,00 |
| | 23 | ВАФЛИ | 40 | 12,83 | 33,60 | 39,60 | 0,90 | 4,00 |
| | 3 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ | 200/5 | 16,00 | 6,40 | 4,90 | 16,60 | 134,00 |
| | | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ | 100 | 20,40 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| Итого | | | | 180,42 | 81,60 | 72,10 | 80,90 | 796,00 |
| Всего | | | | 180,42 | 81,60 | 72,10 | 80,90 | 796,00 |

Мед. сестра  О.В. Филина

Начальник х.о.  Е.А. Неверова

Утверждаю

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

МЕНЮ

23 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 | | | | | | | | |
| | 224 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ | 200/20 | 103,34 | 32,70 | 21,30 | 40,90 | 476,00 |
| | 23 | ВАФЛИ | 30 | 9,62 | 25,20 | 29,70 | 0,70 | 3,00 |
| | 3 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ | 200/5 | 16,00 | 6,40 | 4,90 | 16,60 | 134,00 |
| | | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ | 100 | 20,40 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| | 8 | НАРЕЗКА ОВОЩНАЯ (ПОМИДОР/ ОГУРЕЦ/ПЕРЦЕМ СЛАДКИЙ) | 100 | 30,03 | 1,00 | 0,10 | 3,60 | 21,00 |
| | 112 | СУП -ЛАПША С КУРИЦЕЙ | 200 | 19,64 | 5,50 | 5,30 | 14,00 | 122,00 |
| | 235 | ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ | 100 | 40,56 | 10,40 | 6,30 | 7,40 | 123,00 |
| | 9 | РИС С ОВОЩАМИ | 100/50 | 19,93 | 2,80 | 6,60 | 26,10 | 171,00 |
| | 6 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | 8,80 | 0,60 | 0,20 | 22,20 | 92,00 |
| | 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 | | | | 276,27 | 91,50 | 75,60 | 180,20 | 1 372,00 |
| Всего | | | | 276,27 | 91,50 | 75,60 | 180,20 | 1 372,00 |

Мед. сестра  О.В. Филина

Начальник х.о.  Е.А. Неверова

Утверждаю


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



МЕНЮ
23 мая 2024 г.

Завтрак,обед(ОВЗ) 12-18лет

| Сбор-ник рецеп-тур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Цена, руб. | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|--------------------|---------------|--|--------|---------------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
| | | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | |
| ОВЗ | | | | | | | | |
| | 224 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ | 250/30 | 130,96 | 41,20 | 27,20 | 53,60 | 610,00 |
| | 23 | ВАФЛИ | 40 | 12,83 | 33,60 | 39,60 | 0,90 | 4,00 |
| | 3 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ | 200/5 | 16,00 | 6,40 | 4,90 | 16,60 | 134,00 |
| | | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ | 100 | 20,40 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| | 8 | НАРЕЗКА ОВОЩНАЯ (ПОМИДОР/ ОГУРЕЦ/ПЕРЦЕМ СЛАДКИЙ) | 100 | 30,03 | 1,00 | 0,10 | 3,60 | 21,00 |
| | 112 | СУП -ЛАПША С КУРИЦЕЙ | 250 | 23,54 | 6,80 | 6,50 | 17,30 | 151,00 |
| | 235 | ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ | 120 | 47,92 | 12,40 | 7,50 | 8,80 | 147,00 |
| | 9 | РИС С ОВОЩАМИ | 110/70 | 25,30 | 3,20 | 8,00 | 29,20 | 196,00 |
| | 6 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | 8,80 | 0,60 | 0,20 | 22,20 | 92,00 |
| | 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 | | | | 325,48 | 113,40 | 95,40 | 209,30 | 1 624,00 |
| Всего | | | | 325,48 | 113,40 | 95,40 | 209,30 | 1 624,00 |

Мед. сестра  О.В. Филина

Начальник х.о.  Е.А. Неверова