

Согласовано

Директор

МБОУ СОШ с. ВОСТОК

В.А. Миниханова/

# МЕНЮ

4 июля 2024 г.

## Завтрак



| Сбор-ник рецеп-тур | № техн. карты | Наименование блюда           | Выход    | Цена, руб.    | Химический состав |             |              | Энерге-тическая ценность, ккал |
|--------------------|---------------|------------------------------|----------|---------------|-------------------|-------------|--------------|--------------------------------|
|                    |               |                              |          |               | Белки, г          | Жиры, г     | Угле-воды, г |                                |
| <b>Завтрак</b>     |               |                              |          |               |                   |             |              |                                |
|                    |               | МОЛОКО УЛЬТРАПАСТЕРИЗОВАННОЕ | 200      | 28,80         | 5,5               | 6           | 8,6          | 108                            |
|                    |               | БАНАНЫ СВЕЖИЕ                | 200      | 57,00         | 2,1               | 0,7         | 29,4         | 134                            |
| 2008               | 184           | КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ          | 200      | 44,21         | 18                | 17,3        | 56           | 441                            |
| 2008               | 213           | ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ                | 40       | 22,00         | 4,2               | 3,8         | 0,2          | 49                             |
| 2008               | 3             | БУТЕРБРОД С СЫРОМ            | 50       | 25,23         | 6                 | 11,1        | 14,8         | 182                            |
|                    | 431           | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ      | 185/15/7 | 4,57          | 0,4               |             | 14,5         | 60                             |
| <b>Итого</b>       |               |                              |          | <b>181,81</b> | <b>36,2</b>       | <b>38,9</b> | <b>123,5</b> | <b>974</b>                     |
| <b>Всего</b>       |               |                              |          | <b>181,81</b> | <b>36,2</b>       | <b>38,9</b> | <b>123,5</b> | <b>974</b>                     |

Мед. сестра

О.В.Филина

Начальник х.о.

Е.А. Неверова

Согласовано

Директор  
МБОУ СОШ с. ВОСТОК  
В.А. Миниханова



# МЕНЮ

4 июля 2024 г.

## Обед

| Сборник рецептов | № техн. карты | Наименование блюда       | Выход    | Цена, руб.    | Химический состав |             |              | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------|---------------|--------------------------|----------|---------------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|
|                  |               |                          |          |               | Белки, г          | Жиры, г     | Углеводы, г  |                               |
| <b>Обед</b>      |               |                          |          |               |                   |             |              |                               |
|                  |               | ВОДА БУТИЛИРОВАННАЯ      | 400      | 8,80          |                   |             |              |                               |
| 2008             | 91            | РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ   | 250/5/50 | 27,22         | 9,4               | 9,7         | 14           | 177                           |
| 2008             | 307           | ПТИЦА ОТВАРНАЯ           | 120      | 25,22         | 18,2              | 17,8        | 0,8          | 230                           |
| 2008             | 181           | КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 180      | 14,32         | 4,1               | 6,1         | 41,4         | 231                           |
| 2008             | 51            | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ         | 100      | 13,59         | 1,4               | 3,1         | 6,7          | 61                            |
| 2008             | 364           | СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ    | 25       | 2,25          | 0,3               | 1,9         | 1,5          | 24                            |
|                  | 399           | НАПИТОК ИЗ КЛУБНИКИ      | 200      | 23,64         | 0,1               |             | 20,7         | 81                            |
|                  |               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ           | 50       | 4,50          | 3,6               | 0,3         | 22,8         | 107                           |
|                  |               | ХЛЕБ РЖАНОЙ              | 30       | 2,55          | 1,9               | 0,3         | 11,6         | 55                            |
| <b>Итого</b>     |               |                          |          | <b>122,09</b> | <b>39</b>         | <b>39,2</b> | <b>119,5</b> | <b>966</b>                    |
| <b>Всего</b>     |               |                          |          | <b>122,09</b> | <b>39</b>         | <b>39,2</b> | <b>119,5</b> | <b>966</b>                    |

Мед. сестра  О.В.Филина

Начальник х.о.  Е.А. Неверова