

Утверждаю

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




МЕНЮ

3 октября 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								
	287	ТЕФТЕЛИ ЕЖИКИ МЯСНЫЕ	100	49,94	11,50	17,70	11,30	241,00
	143	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	150	17,64	2,40	6,20	14,60	121,00
	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				73,60	17,50	24,40	56,40	499,00
Всего				73,60	17,50	24,40	56,40	499,00

Мед. сестра  О.В. Филина

Начальник х.о.  Е.А. Неверова

Утверждаю

Директор
МБОУ СОШ с. ВОСТОК
УВ.А. Миниханова



МЕНЮ

3 октября 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								
	287	ТЕФТЕЛИ ЕЖИКИ МЯСНЫЕ	120	59,94	13,80	21,20	13,50	290,00
	143	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	180	21,03	2,80	7,40	17,40	144,00
	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				88,74	21,50	29,20	69,80	610,00
Всего				88,74	21,50	29,20	69,80	610,00

Мед. сестра  О.В. Филина

Начальник х.о.  Е.А. Неверова



МЕНЮ

3 октября 2024 г.

Завтрак, обед(ОВЗ) 12-18лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ОВЗ								
	287	ТЕФТЕЛИ ЕЖИКИ МЯСНЫЕ	120	59,94	13,80	21,20	13,60	290,00
	143	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	180	21,21	2,80	7,40	17,40	144,00
	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	1,69	0,00	0,00	9,10	36,00
	52	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	100	10,04	1,40	4,10	7,90	73,00
	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250	47,14	2,00	3,30	15,50	98,00
	260	ГУЛЯШ	75/45	84,03	17,50	19,00	4,10	248,00
	171,1	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	180	14,93	10,20	7,30	44,40	277,00
	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
	18	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	100	42,50	0,90	0,20	7,40	39,00
Итого				307,52	62,00	64,40	214,40	1 654,00
Всего				307,52	62,00	64,40	214,40	1 654,00

Мед. сестра  О.В. Филина

Начальник х.о.  Е.А. Неверова