



Утверждаю  
И.о. директора  
МБОУ СОШ с. ВОСТОК  
Л.А. Кобец

# МЕНЮ

13 ноября 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	
<b>Завтрак</b>								
	210	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	180	84,59	15,90	21,90	3,20	261,00
	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	11,20	0,10	7,20	0,10	67,00
	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	60	18,38	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
<b>Итого</b>				<b>120,19</b>	<b>20,20</b>	<b>29,70</b>	<b>35,90</b>	<b>478,00</b>
<b>Всего</b>				<b>120,19</b>	<b>20,20</b>	<b>29,70</b>	<b>35,90</b>	<b>478,00</b>

Мед. сестра  О.В. Филина

Начальник х.о.  Е.А. Неверова





Утверждаю

И.о. директора

МБОУ СОШ с. ВОСТОК

Л.А. Кобець



# МЕНЮ

13 ноября 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	
<b>ОВЗ</b>								
	210	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	180	84,48	15,90	21,80	3,20	261,00
	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	11,20	0,10	7,20	0,10	67,00
	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	60	18,38	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	1,58	0,00	0,00	9,10	36,00
	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЕЦ)	100	29,89	0,80	0,10	2,50	14,00
	87	ЩИ ИЗ СВЕЖ. КАПУСТЫ С КУРИЦЕЙ	200	29,34	5,30	6,80	8,60	113,00
	22	РАГУ ОВОЩНОЕ С ГОВЯДИНОЙ	200	80,14	15,70	13,60	24,00	273,00
	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	42,51	0,90	0,20	7,40	39,00
<b>Итого</b>				<b>322,87</b>	<b>49,50</b>	<b>51,20</b>	<b>127,60</b>	<b>1 143,00</b>
<b>Всего</b>				<b>322,87</b>	<b>49,50</b>	<b>51,20</b>	<b>127,60</b>	<b>1 143,00</b>

Мед. сестра \_\_\_\_\_

О.В. Филина

Начальник х.о. \_\_\_\_\_

Е.А. Неверова



Утверждаю

И.о. директора  
МБОУ СОШ с. ВОСТОК  
И.А. Кобец



# МЕНЮ

13 ноября 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	
<b>ОВЗ</b>								
	210	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200	93,61	17,50	24,30	3,60	290,00
	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	11,20	0,10	7,20	0,10	67,00
	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	100	30,68	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	1,62	0,00	0,00	9,10	36,00
	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЕЦ)	100	29,92	0,80	0,10	2,50	14,00
	87	ЩИ ИЗ СВЕЖ. КАПУСТЫ С КУРИЦЕЙ	250	36,75	6,60	8,50	10,80	141,00
	22	РАГУ ОВОЩНОЕ С ГОВЯДИНОЙ	250	100,43	19,70	17,20	30,00	343,00
	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	12,80	0,90	0,20	7,40	39,00
<b>Итого</b>				<b>345,86</b>	<b>59,50</b>	<b>59,40</b>	<b>154,40</b>	<b>1 357,00</b>
<b>Всего</b>				<b>345,86</b>	<b>59,50</b>	<b>59,40</b>	<b>154,40</b>	<b>1 357,00</b>

Мед. сестра

О.В. Филина

Начальник х.о.

Е.А. Неверова