

Утверждаю

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


МЕНЮ

29 ноября 2024 г.

Завтрак (7-11)лет



Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак								
	210	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	180	84,53	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	18,39	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				120,14	20,20	29,70	35,90	478,00
Всего				120,14	20,20	29,70	35,90	478,00

Мед. сестра  О.В. Филина

Начальник х.о.  Е.А. Неверова

Утверждаю

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

МЕНЮ

29 ноября 2024 г.

Завтрак (12-18)лет



Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак								
	210	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200	93,65	17,50	24,30	3,60	290,00
	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	100	30,66	1,10	0,20	3,50	22,00
	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	11,20	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	1,62	0,00	0,00	9,10	36,00
Итого				143,28	23,60	32,30	46,10	555,00
Всего				143,28	23,60	32,30	46,10	555,00

Мед. сестра  О.В. Филина

Начальник х.о.  Е.А. Неверова

Утверждаю

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

МЕНЮ

29 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	
ОВЗ								
	210	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	180	85,38	16,00	22,00	3,20	263,00
	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
	8	НАРЕЗКА ОВОЩНАЯ (ПОМИДОР/ ОГУРЕЦ/ПЕРЦЕМ СЛАДКИЙ)	100	35,58	1,00	0,10	3,60	21,00
	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРИЦЕЙ	200	20,38	4,80	5,80	14,90	128,00
	265	ПЛОВ С МЯСОМ	200	51,37	18,20	29,10	40,30	480,00
	20	СОК НАТУР В АССОРТИМЕНТЕ	200	19,01	1,90	0,00	18,20	83,00
	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
		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	20,89	0,40	0,40	9,80	47,00
Итого				276,12	53,10	66,00	161,60	1 422,00
Всего				276,12	53,10	66,00	161,60	1 422,00

Мед. сестра  О.В. Филина

Начальник х.о.  Е.А. Неверова