

Утверждаю

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



МЕНЮ
15 января 2025 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								
	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	1,88	1,30	0,20	7,70	37,00
	2	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,91	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				120,53	20,20	29,70	35,90	478,00
Всего				120,53	20,20	29,70	35,90	478,00

Мед. сестра  О.В. Филина

Начальник х.о.  Е.А. Неверова



МЕНЮ

15 января 2025 г.

Завтрак (12-18)лет

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая 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	2,82	1,90	0,20	11,60	55,00
	2	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,88	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				143,83	23,60	32,30	46,10	555,00
Всего				143,83	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

15 января 2025 г.

Завтрак,обед (ОВЗ) 7-11 лет

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, 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	1,88	1,30	0,20	7,70	37,00
	2	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,91	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	29,64	5,30	6,80	8,60	113,00
	22	РАГУ ОВОЩНОЕ С ГОВЯДИНОЙ	200	81,51	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	2,82	1,90	0,20	11,60	55,00
	2	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	5,82	4,60	0,60	27,30	128,00
	18	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	100	42,49	0,90	0,20	7,40	39,00
Итого				326,50	49,60	51,40	127,60	1 145,00
Всего				326,50	49,60	51,40	127,60	1 145,00

Мед. сестра  О.В. Филина

Начальник х.о.  Е.А. Неверова



МЕНЮ

15 января 2025 г.

Завтрак,обед(ОВЗ) 12-18лет

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
ОВЗ								
	210	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200	94,76	17,70	24,60	3,60	293,00
	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	11,20	0,10	7,20	0,10	67,00
	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	100	30,66	1,10	0,20	3,50	22,00
	1	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,82	1,90	0,20	11,60	55,00
	2	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,88	3,00	0,40	18,20	85,00
	19	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	1,69	0,00	0,00	9,10	36,00
	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЕЦ)	100	29,91	0,80	0,10	2,50	14,00
	87	ЩИ ИЗ СВЕЖ. КАПУСТЫ С КУРИЦЕЙ	250	36,88	6,60	8,40	10,70	141,00
	22	РАГУ ОВОЩНОЕ С ГОВЯДИНОЙ	250	102,04	19,60	17,00	29,90	341,00
	1	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,76	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	6,79	5,30	0,70	31,90	149,00
	18	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	100	42,49	0,90	0,20	7,40	39,00
Итого				379,88	59,60	59,40	154,20	1 358,00
Всего				379,88	59,60	59,40	154,20	1 358,00

Мед. сестра О.В. Филина

Начальник х.о. Е.А. Неверова