



МЕНЮ
30 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								
	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150/15	84,29	24,70	16,40	25,50	340,00
	23	ВАФЛИ	30	9,65	25,20	29,70	0,70	3,00
	19	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	1,62	0,00	0,00	9,10	36,00
		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	20,87	0,40	0,40	9,80	47,00
Итого				116,43	50,30	46,50	45,10	426,00
Всего				116,43	50,30	46,50	45,10	426,00

Мед. сестра  О.В. Филина

Начальник х.о.  Е.А. Неверова

Утверждаю



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

МЕНЮ

30 января 2025 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								
	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	200/25	115,22	33,60	22,40	36,60	471,00
	23	ВАФЛИ	40	12,87	33,60	39,60	0,90	4,00
	3	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200/5	27,25	5,80	4,90	13,70	120,00
		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	20,87	0,40	0,40	9,80	47,00
Итого				176,21	73,40	67,30	61,00	642,00
Всего				176,21	73,40	67,30	61,00	642,00

Мед. сестра  О.В. Филина

Начальник х.о.  Е.А. Неверова

Утверждаю



И.о. директора
МБОУ СОШ с Восток
/Т.А. Кобец/

МЕНЮ

30 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								
	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	120/10	68,93	20,40	13,30	19,90	274,00
	23	ВАФЛИ	30	9,65	25,20	29,70	0,70	3,00
	3	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200/5	27,25	5,80	4,90	13,70	120,00
		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	20,87	0,40	0,40	9,80	47,00
	25	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	60	9,10	1,10	2,50	4,40	44,00
	112	СУП -ЛАПША С КУРИЦЕЙ	200	20,17	5,50	5,30	14,00	122,00
	235	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	80	32,31	8,30	4,90	6,00	98,00
	9	РИС С ОВОЩАМИ	100/50	21,57	2,80	6,50	26,10	170,00
	6	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,64	0,60	0,20	22,20	92,00
	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
Итого				227,13	76,60	68,50	155,70	1 153,00
Всего				227,13	76,60	68,50	155,70	1 153,00

Мед. сестра _____

О.В. Филина

Начальник х.о. _____

Е.А. Неверова

Утверждаю



И.о. директора
МБОУ СОШ № 1 Восток
П.А. Кобец

МЕНЮ

30 января 2025 г.

Завтрак,обед(ОВЗ) 12-18лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ОВЗ								
	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150/20	91,55	26,80	17,60	29,00	373,00
	23	ВАФЛИ	40	12,87	33,60	39,60	0,90	4,00
	3	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200/5	27,25	5,80	4,90	13,70	120,00
		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	20,87	0,40	0,40	9,80	47,00
	25	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	100	15,15	1,80	4,10	7,30	73,00
	112	СУП -ЛАПША С КУРИЦЕЙ	250	24,30	6,80	6,50	17,30	150,00
	235	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	39,86	10,20	6,10	7,30	120,00
	9	РИС С ОВОЩАМИ	110/70	27,58	3,20	7,90	29,30	196,00
	6	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,68	0,60	0,20	22,20	92,00
	1	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,76	2,50	0,30	15,40	73,00
	2	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70	6,79	5,30	0,70	31,90	149,00
Итого				278,66	97,00	88,30	184,10	1 397,00
Всего				278,66	97,00	88,30	184,10	1 397,00

Мед. сестра _____ О.В. Филина

Начальник х.о. _____ Е.А. Неверова