

Утверждаю

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



# МЕНЮ

7 февраля 2025 г.

Завтрак (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 |                                |
| <b>Завтрак</b>     |               |                                     |        |               |                   |              |              |                                |
|                    | 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     | 18,42         | 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                          |
| <b>Итого</b>       |               |                                     |        | <b>120,56</b> | <b>20,20</b>      | <b>29,70</b> | <b>35,90</b> | <b>478,00</b>                  |
| <b>Всего</b>       |               |                                     |        | <b>120,56</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  
/П.А. Кобец/

## МЕНЮ

7 февраля 2025 г.

### Завтрак,обед (ОВЗ) 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  |                               |
| <b>ОВЗ</b>         |               |  |        |               |                   |              |               |                               |
|                    | 210           | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ                                | 180    | 84,65         | 15,90             | 21,90        | 3,20          | 262,00                        |
|                    | 13            | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ                                  | 10     | 11,20         | 0,10              | 7,20         | 0,10          | 67,00                         |
|                    | 71            | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)              | 60     | 18,41         | 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                         |
|                    | 8             | НАРЕЗКА ОВОЩНАЯ (ПОМИДОР/ ОГУРЕЦ/ПЕРЦЕМ СЛАДКИЙ) | 100    | 35,59         | 1,00              | 0,10         | 3,60          | 21,00                         |
|                    | 77            | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРИЦЕЙ                       | 200    | 21,17         | 4,80              | 5,80         | 14,90         | 127,00                        |
|                    | 265           | ПЛОВ С МЯСОМ                                     | 200    | 51,52         | 18,20             | 29,10        | 40,30         | 480,00                        |
|                    | 20            | СОК НАТУР В АССОРТИМЕНТЕ                         | 200    | 19,16         | 1,90              | 0,00         | 18,20         | 83,00                         |
|                    | 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                        |
|                    |               | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ                                    | 100    | 20,87         | 0,40              | 0,40         | 9,80          | 47,00                         |
| <b>Итого</b>       |               |  |        | <b>277,58</b> | <b>53,00</b>      | <b>65,90</b> | <b>161,60</b> | <b>1 420,00</b>               |
| <b>Всего</b>       |               |  |        | <b>277,58</b> | <b>53,00</b>      | <b>65,90</b> | <b>161,60</b> | <b>1 420,00</b>               |

Мед. сестра \_\_\_\_\_ О.В. Филина

Начальник х.о. \_\_\_\_\_ Е.А. Неверова

Утверждаю

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



# МЕНЮ

7 февраля 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   |                               |
| <b>ОВЗ</b>       |               |  |        |               |                   |              |               |                               |
|                  | 210           | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ                                | 200    | 93,74         | 17,60             | 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    | 30,70         | 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 | 1,58          | 0,00              | 0,00         | 9,10          | 36,00                         |
|                  | 8             | НАРЕЗКА ОВОЩНАЯ (ПОМИДОР/ ОГУРЕЦ/ПЕРЦЕМ СЛАДКИЙ) | 100    | 35,60         | 1,00              | 0,10         | 3,60          | 21,00                         |
|                  | 77            | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРИЦЕЙ                       | 250    | 26,43         | 6,00              | 7,30         | 18,60         | 159,00                        |
|                  | 265           | ПЛОВ С МЯСОМ                                     | 250    | 64,41         | 22,70             | 36,40        | 50,40         | 600,00                        |
|                  | 1             | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                      | 40     | 3,76          | 2,50              | 0,30         | 15,40         | 73,00                         |
|                  | 20            | СОК НАТУР В АССОРТИМЕНТЕ                         | 200    | 5,47          | 1,90              | 0,00         | 18,20         | 83,00                         |
|                  | 2             | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                   | 70     | 6,79          | 5,30              | 0,70         | 31,90         | 149,00                        |
|                  |               | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ                                    | 100    | 20,87         | 0,40              | 0,40         | 9,80          | 47,00                         |
| <b>Итого</b>     |               |  |        | <b>307,25</b> | <b>63,50</b>      | <b>77,50</b> | <b>194,00</b> | <b>1 687,00</b>               |
| <b>Всего</b>     |               |  |        | <b>307,25</b> | <b>63,50</b>      | <b>77,50</b> | <b>194,00</b> | <b>1 687,00</b>               |

Мед. сестра  О.В. Филина

Начальник х.о.  Е.А. Неверова