

Утверждаю

И.о. директора

МБОУ СОШ с. ВОСТОК

П.А. Кобець/



МЕНЮ

5 марта 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	18,42	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
Итого				120,56	20,20	29,70	35,90	478,00
Всего				120,56	20,20	29,70	35,90	478,00

Начальник х.о. _____

Е.А. Неверова

Утверждаю



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

МЕНЮ

5 марта 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	
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	18,42	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
Итого				120,56	20,20	29,70	35,90	478,00
Всего				120,56	20,20	29,70	35,90	478,00

Начальник х.о. _____

Е.А. Неверова

Утверждаю

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



МЕНЮ

5 марта 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	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
	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЕЦ)	100	29,89	0,80	0,10	2,50	14,00
	87	ЩИ ИЗ СВЕЖ. КАПУСТЫ С КУРИЦЕЙ	200	29,87	5,30	6,80	8,60	113,00
	22	РАГУ ОВОЩНОЕ С ГОВЯДИНОЙ	200	101,84	16,30	14,80	19,80	270,00
	10	КОМПОТ ЯГОДНЫЙ	200	13,01	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	42,55	0,90	0,20	7,40	39,00
Итого				346,43	50,10	52,50	123,40	1 141,00
Всего				346,43	50,10	52,50	123,40	1 141,00

Начальник х.о. _____

Е.А. Неверова



Утверждаю

И.о. директора
МБОУ СОШ с Восток
Л.А. Кобец

МЕНЮ

5 марта 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								
	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
	87	ЩИ ИЗ СВЕЖ. КАПУСТЫ С КУРИЦЕЙ	250	37,36	6,60	8,50	10,80	141,00
	22	РАГУ ОВОЩНОЕ С ГОВЯДИНОЙ	250	127,43	20,40	18,60	24,80	338,00
	1	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,76	2,50	0,30	15,40	73,00
	10	КОМПОТ ЯГОДНЫЙ	200	13,01	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	42,55	0,90	0,20	7,40	39,00
Итого				410,42	60,50	60,80	150,30	1 359,00
Всего				410,42	60,50	60,80	150,30	1 359,00

Начальник х.о. _____

Е.А. Неверова