

Утверждаю

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

# МЕНЮ

19 марта 2025 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	
<b>Завтрак</b>								
	210	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	105	49,36	9,30	12,70	1,90	152,00
	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>74,19</b>	<b>13,50</b>	<b>13,30</b>	<b>34,50</b>	<b>302,00</b>
<b>Всего</b>				<b>74,19</b>	<b>13,50</b>	<b>13,30</b>	<b>34,50</b>	<b>302,00</b>

Начальник х.о. \_\_\_\_\_

Е.А. Неверова

Утверждаю



И.о. директора

МБОУ СОШ с. ВОСТОК

/П.А. Кобец/

# МЕНЮ

19 марта 2025 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	
<b>Завтрак</b>								
	210	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	70,37	13,20	18,20	2,70	218,00
	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	11,20	0,10	7,20	0,10	67,00
	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	60	18,43	0,60	0,10	2,10	13,00
	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
<b>Итого</b>				<b>108,32</b>	<b>18,80</b>	<b>26,10</b>	<b>43,80</b>	<b>474,00</b>
<b>Всего</b>				<b>108,32</b>	<b>18,80</b>	<b>26,10</b>	<b>43,80</b>	<b>474,00</b>

Начальник х.о. \_\_\_\_\_

Е.А. Неверова

Утверждаю

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



**МЕНЮ**  
19 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	
<b>ОВЗ</b>								
	210	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	105	49,43	9,30	12,70	1,90	152,00
	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	11,20	0,10	7,20	0,10	67,00
	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)	60	17,93	0,50	0,10	1,50	8,00
	87	ЩИ ИЗ СВЕЖ. КАПУСТЫ С КУРИЦЕЙ	200	29,87	5,30	6,80	8,60	113,00
	22	РАГУ ОВОЩНОЕ С ГОВЯДИНОЙ	150	76,53	12,20	11,10	14,90	202,00
	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
<b>Итого</b>				<b>212,98</b>	<b>37,60</b>	<b>39,30</b>	<b>106,70</b>	<b>905,00</b>
<b>Всего</b>				<b>212,98</b>	<b>37,60</b>	<b>39,30</b>	<b>106,70</b>	<b>905,00</b>

Начальник х.о. \_\_\_\_\_

Е.А. Неверова

Утверждаю



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

## МЕНЮ

19 марта 2025 г.

### Завтрак,обед(ОВЗ) 12-18лет

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	150	70,49	13,20	18,20	2,70	218,00
	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	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)	60	21,35	0,60	0,10	2,20	12,00
	87	ЩИ ИЗ СВЕЖ. КАПУСТЫ С КУРИЦЕЙ	250	33,12	6,60	8,50	10,80	141,00
	22	РАГУ ОВОЩНОЕ С ГОВЯДИНОЙ	180	91,72	14,70	13,40	17,80	244,00
	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	29,78	0,60	0,10	5,20	27,00
<b>Итого</b>				<b>307,91</b>	<b>49,20</b>	<b>49,30</b>	<b>137,40</b>	<b>1 163,00</b>
<b>Всего</b>				<b>307,91</b>	<b>49,20</b>	<b>49,30</b>	<b>137,40</b>	<b>1 163,00</b>

Начальник х.о. \_\_\_\_\_

Е.А. Неверова