

Утверждаю

И.О. директора
МОУ Ивановская СОШ
/Божков Ф.Н./

МЕНЮ

2 апреля 2024 г.

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 12-18 лет								
2010	70	ПЛОВ С ПТИЦЕЙ (ФИЛЕ)	180/40	40,56	11,7	17,9	42,5	377
2011		ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	35	11,85	1,9	2	5,5	48
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	27	2,36	2	0,8	13,8	70
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/12/7	3,07	0,2		11	45
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25/10	10,24	2	8,2	13,9	137
Итого				68,08	17,8	28,9	86,7	677
Обед 12-18 лет								
2010	6	Борщ со сметаной	250/10	2,68	0,4	1,6	2,9	28
2011	202	Макаронные изделия отварные со сливочным маслом	40	2,07	1,5	1,2	9,5	54
2010	71	Котлеты рубленые из птицы	20	8,83	3,4	4,1	4,2	67
к/к	к/к	Овощи по сезону	9	2,44	0,3		0,6	3
2011	375	Компот из свежих ягод с витамином С	200	2,62	0,1		5,2	21
2008		Хлеб пшеничный/ржаной	7/7	0,94	0,9	0,3	6	30
Итого				19,58	6,6	7,2	28,4	203
Обед 7-11 лет								
2010	6	Борщ со сметаной	250/10	12,21	0,3	1	1,8	18
2011	202	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	25	9,07	1	0,7	6,3	36
2010	71	Котлеты рубленые из птицы	15	40,13	2,3	2,6	2,7	44
к/к	к/к	Овощи по сезону	6	11,16	0,2		0,4	2
2011	375	Компот из свежих ягод с витамином С	200	11,86			3,4	14
2008		Хлеб пшеничный/ржаной	4/4	4,25	0,6	0,2	4	20
Итого				88,68	4,4	4,5	18,6	134

Шеф-повар _____ Микулина И.А.

Утверждаю

И.О. директора
МОУ Ивановская СОШ
/Божков Ф.Н./

МЕНЮ
2 апреля 2024 г.

ЗАВТРАК начальной школы

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2010	70	Плов с птицей (филе)	200/40	13	20,1	47,3	421
2011		Овощи по сезону	40	2,2	2,1	6,1	55
2008		Хлеб пшеничный	30	2,1	0,8	15,4	79
2010	96	Чай с сахаром и лимоном	200/12/7	0,2		12,1	50
2008	1	Бутерброд с маслом	30/10	2,2	9,1	15,5	153
Итого				19,7	32,1	96,4	758
Всего				19,7	32,1	96,4	758

Шеф-повар _____ Микулина И.А.