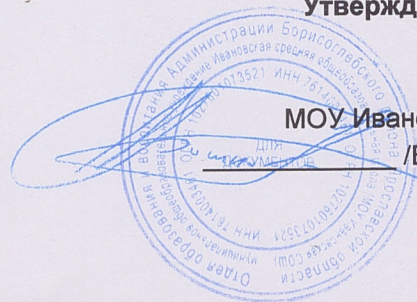


Утверждаю

Директор

МОУ Ивановская СОШ

/Божков Ф.Н./



МЕНЮ

3 декабря 2024 г.

ЗАВТРАК начальной школы

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Цена, руб. | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------|---------------|--------------------|----------|--------------|-------------------|--------------|--------------|-------------------------------|
| | | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2010 | 69 | РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ | 200 | 10,37 | 2,50 | 7,20 | 24,30 | 191,00 |
| 2010 | 59 | БИТОЧКИ МЯСНЫЕ | 100 | 35,27 | 14,00 | 14,40 | 19,50 | 269,00 |
| 2011 | 376 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200/12 | 2,82 | 0,20 | 0,00 | 12,00 | 49,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 25 | 1,45 | 1,70 | 0,30 | 9,90 | 50,00 |
| 2011 | 3 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ | 30/10/20 | 27,07 | 6,80 | 15,00 | 15,50 | 226,00 |
| Итого | | | | 76,98 | 25,20 | 36,90 | 81,20 | 785,00 |
| Всего | | | | 76,98 | 25,20 | 36,90 | 81,20 | 785,00 |

Шеф-повар

Микулина И.А.

Утверждаю

Директор
МОУ Ивановская СОШ
/Божков Ф.Н./

МЕНЮ

3 декабря 2024 г.

| Сборник рецептов | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Цена, руб. | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|--------------------------|---------------|--|-----------|--------------|-------------------|--------------|--------------|-------------------------------|
| | | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак 12-18 лет | | | | | | | | |
| 2010 | 69 | РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ | 200 | 10,38 | 4,30 | 8,30 | 24,30 | 191,00 |
| 2010 | 59 | БИТОЧКИ МЯСНЫЕ | 100 | 35,37 | 14,10 | 15,00 | 19,60 | 269,00 |
| 2011 | 376 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200/12 | 2,82 | 0,20 | 0,00 | 12,00 | 49,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 25 | 1,46 | 1,70 | 0,30 | 9,90 | 50,00 |
| 2011 | 3 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ | 30/10/20 | 27,07 | 6,90 | 15,00 | 15,50 | 226,00 |
| Итого | | | | 77,10 | 27,20 | 38,60 | 81,30 | 785,00 |
| Обед 12-18 лет | | | | | | | | |
| 2010 | 7 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С МЯСОМ И СО СМЕТАНОЙ | 250/20/10 | 24,30 | 7,30 | 8,90 | 8,30 | 144,00 |
| 2010 | 74 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 180 | 9,50 | 6,70 | 6,70 | 30,40 | 208,00 |
| 2010 | 55 | ГУЛЯШ | 50/75 | 42,41 | 14,90 | 16,90 | 2,90 | 223,00 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С | 200 | 5,97 | 0,60 | 0,10 | 31,10 | 128,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 25 | 1,47 | 1,70 | 0,30 | 10,10 | 50,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,83 | 2,30 | 0,90 | 15,40 | 79,00 |
| Итого | | | | 86,48 | 33,50 | 33,80 | 98,20 | 832,00 |
| Обед 7-11 лет | | | | | | | | |
| 2010 | 7 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С МЯСОМ И СО СМЕТАНОЙ | 250/20/10 | 24,52 | 7,30 | 9,10 | 8,30 | 147,00 |
| 2010 | 74 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 180 | 9,56 | 6,70 | 6,80 | 30,20 | 208,00 |
| 2010 | 55 | ГУЛЯШ | 50/75 | 42,30 | 14,80 | 17,20 | 3,00 | 226,00 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С | 200 | 5,89 | 0,60 | 0,10 | 30,60 | 126,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 25 | 1,45 | 1,70 | 0,30 | 9,90 | 50,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,83 | 2,30 | 0,90 | 15,40 | 79,00 |
| Итого | | | | 86,55 | 33,40 | 34,40 | 97,40 | 836,00 |

Шеф-повар

И.А.

Микулина И.А.