

Утверждаю

Директор
МОУ Ивановская СОШ
Божков Ф.Н./



МЕНЮ

6 декабря 2024 г.

ЗАВТРАК начальной школы

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2010	24	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	200	10,78	0,90	7,00	31,70	220,00
2010	49	РЫБА (ФИЛЕ) ЗАПЕЧЕННАЯ	100	39,27	16,30	6,20	4,00	142,00
2011		ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	50	10,09	0,50	0,10	1,80	12,00
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	200/12	2,42	0,20	0,00	11,90	49,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,46	1,70	0,30	9,90	50,00
2008		ВЫПЕЧНОЕ ИЗДЕЛИЕ В ПРОМЫШЛЕННОЙ УПАКОВКЕ	70	22,15	5,30	3,70	37,60	206,00
Итого				86,17	24,90	17,30	96,90	679,00
Всего				86,17	24,90	17,30	96,90	679,00

Шеф-повар И.А. Микулина Микулина И.А.



Директор
МОУ Ивановская СОШ
Божков Ф.Н./

МЕНЮ

6 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	24	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	200	10,77	4,20	8,30	31,70	220,00
2010	49	РЫБА (ФИЛЕ) ЗАПЕЧЕННАЯ	100	38,86	16,30	6,80	4,10	143,00
2011		ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	50	10,09	0,50	0,10	1,80	12,00
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	200/12	2,43	0,20	0,00	12,00	49,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,46	1,70	0,30	9,90	50,00
2008		ВЫПЕЧНОЕ ИЗДЕЛИЕ В ПРОМЫШЛЕННОЙ УПАКОВКЕ	70	22,15	5,30	3,70	37,60	206,00
Итого				85,75	28,20	19,20	97,10	680,00
Обед 12-18 лет								
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	6,98	8,10	6,00	24,90	186,00
2010	73	РИС ОТВАРНОЙ	180	8,64	3,40	6,50	35,50	214,00
2010	53	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	100	48,81	18,10	13,10	13,10	242,00
2008		ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	50	10,15	0,40	0,10	1,20	7,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА С ВИТАМИНОМ С	200	9,27	0,30	0,10	23,70	99,00
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				88,16	34,30	27,00	123,90	877,00
Обед 7-11 лет								
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	6,98	8,10	5,60	25,00	183,00
2010	73	РИС ОТВАРНОЙ	180	8,65	3,40	6,50	35,50	214,00
2010	53	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	100	48,78	18,10	12,90	12,80	239,00
2008		ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	40	8,00	0,30	0,00	1,00	5,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА С ВИТАМИНОМ С	200	9,27	0,30	0,10	23,70	99,00
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				85,97	34,20	26,30	123,30	869,00

Шеф-повар _____ *И.А.*

Микулина И.А.