

Утверждаю

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

МЕНЮ
9 апреля 2024 г.

ЗАВТРАК начальной школы

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								
2010	69	Рагу из овощей	220	14,00	1,9	7,2	31	219
2010	71	Котлеты рубленные из птицы	100	40,06	15,3	17,6	18,5	298
2008		Хлеб ржаной	30	1,62	2	0,4	11,9	59
2011	376	Чай с сахаром	200/12	2,97	0,2		12	49
2006	3	Бутерброд с сыром	30/10/20	25,82	6,8	15	15,5	226
Итого				84,47	26,2	40,2	88,9	851
Всего				84,47	26,2	40,2	88,9	851

Шеф-повар И.А. Микилина Микилина И.А.

Утверждаю

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

МЕНЮ

9 апреля 2024 г.

Сборник рецептур	№ 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	13,99	4,8	8,5	31	219
2010	71	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	40,14	15,5	18,1	18,5	298
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,62	2	0,4	11,9	59
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	200/12	2,93	0,2		12	49
2006	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/10/20	25,81	7	15,1	15,5	226
Итого				84,50	29,5	42,1	88,9	851
Обед 12-18 лет								
2010	6	Борщ со сметаной	250/10	12,24	2,1	6,7	12,7	122
2010	74	Каша гречневая рассыпчатая	180	11,13	6,8	7	30,8	214
2010	55	Гуляш	50/75	47,03	11,9	14,4	4,8	195
2008	402	Компот из смеси сухофруктов с витамином С	200	6,19	0,6	0,1	35,1	145
2008		Хлеб пшеничный/ржаной	30/30	4,25	4,3	1,3	27,3	138
Итого				80,85	25,7	29,5	110,7	814
Обед 7-11 лет								
2010	6	Борщ со сметаной	250/10	12,22	2,1	6,7	13,1	124
2010	74	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,56	6,8	6,6	30,7	209
2010	55	Гуляш	50/75	46,50	11,7	14,3	4,6	193
2008	402	Компот из смеси сухофруктов с витамином С	200	6,11	0,6	0,1	34,6	142
2008		Хлеб пшеничный/ржаной	30/30	4,25	4,3	1,3	27,3	138
Итого				79,64	25,5	29	110,3	806

Шеф-повар _____ *И.А.* Микулина И.А.