





Утверждаю

Директор  
МОУ Ивановская СОШ  
Божков Ф.Н./



## МЕНЮ

9 декабря 2024 г.

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак 12-18 лет</b>								
2011	219	ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	170/30	38,25	20,30	24,30	12,50	350,00
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/12/7	3,28	0,20	0,00	12,20	50,00
2011	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30/30	8,35	2,40	0,90	36,20	159,00
2008		ФРУКТ ПО СЕЗОНУ	100	20,95	0,80	0,20	7,50	38,00
<b>Итого</b>				<b>70,83</b>	<b>23,70</b>	<b>25,40</b>	<b>68,40</b>	<b>597,00</b>
<b>Обед 12-18 лет</b>								
2010	7	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ	250/10	9,48	1,90	7,20	8,30	108,00
2010	74	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	9,50	6,70	6,70	30,40	208,00
2010	55	ГУЛЯШ	50/75	44,79	15,10	16,90	4,40	230,00
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД С ВИТАМИНОМ С	200	9,33	0,30	0,00	23,40	94,00
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
<b>Итого</b>				<b>77,40</b>	<b>28,00</b>	<b>32,00</b>	<b>92,00</b>	<b>769,00</b>
<b>Обед 7-11 лет</b>								
2010	7	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ	250/10	9,48	1,90	6,80	8,40	104,00
2010	74	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	9,38	6,80	6,60	30,80	209,00
2010	55	ГУЛЯШ	50/75	44,54	15,00	17,20	4,50	233,00
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД С ВИТАМИНОМ С	200	9,33	0,30	0,00	23,40	94,00
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
<b>Итого</b>				<b>77,01</b>	<b>28,00</b>	<b>31,80</b>	<b>92,40</b>	<b>769,00</b>

Шеф-повар \_\_\_\_\_ *Микулина И.А.* Микулина И.А.