

Утверждаю



МЕНЮ

12 марта 2025 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 начальной школы 9:20								
2010	34	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С КУРАГОЙ	200/5	18,54	5,60	7,90	21,00	178,00
2008		ВЫПЕЧНОЕ ИЗДЕЛИЕ В ПРОМЫШЛЕННОЙ УПАКОВКЕ	70	23,70	5,30	3,70	37,60	206,00
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/12/7	4,31	0,20	0,00	12,10	50,00
к/к	к/к	СВЕЖИЙ ФРУКТ	100	36,45	0,80	0,20	7,50	38,00
Итого				83,00	11,90	11,80	78,20	472,00
ЗАВТРАК начальной школы 11:00								
2010	58	ПЛОВ ОВОЩНОЙ	190	10,84	5,00	5,30	50,20	273,00
2010	49	РЫБА (ФИЛЕ) ЗАПЕЧЕНАЯ	100	40,54	16,30	6,30	4,10	144,00
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/12/7	4,34	0,20	0,00	12,30	51,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,84	2,00	0,40	11,90	59,00
2008		ВЫПЕЧНОЕ ИЗДЕЛИЕ В ПРОМЫШЛЕННОЙ УПАКОВКЕ	70	23,70	5,30	3,70	37,60	206,00
Итого				81,25	28,80	15,70	116,10	733,00

Шеф-повар Микулина И.А.

Утверждаю

Директор

МОУ Ивановская СОШ

/Божков Ф.Н./

МЕНЮ

12 марта 2025 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	
1. Завтрак 12-18 лет на 9:20								
2010	34	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С КУРАГОЙ	200/5	18,56	5,60	7,90	21,20	179,00
2008		ВЫПЕЧНОЕ ИЗДЕЛИЕ В ПРОМЫШЛЕННОЙ УПАКОВКЕ	70	23,70	5,30	3,70	37,60	206,00
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/12/7	4,29	0,20	0,00	12,00	50,00
к/к	к/к	СВЕЖИЙ ФРУКТ	100	36,45	0,80	0,20	7,50	38,00
Итого				83,00	11,90	11,80	78,30	473,00
2. Завтрак 12-18 лет на 11:00								
2010	58	ПЛОВ ОВОЩНОЙ	190	10,87	5,00	5,90	50,10	274,00
2010	49	РЫБА (ФИЛЕ) ЗАПЕЧЕНАЯ	100	40,48	16,30	6,80	4,10	143,00
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/12/7	4,38	0,20	0,00	12,30	51,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,84	2,00	0,40	11,90	59,00
2008		ВЫПЕЧНОЕ ИЗДЕЛИЕ В ПРОМЫШЛЕННОЙ УПАКОВКЕ	70	23,70	5,30	3,70	37,60	206,00
Итого				81,27	28,80	16,80	116,00	733,00
Обед 12-18 лет								
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	15,29	8,50	5,60	27,40	195,00
2010	58	ПЛОВ ОВОЩНОЙ	190	10,72	5,00	5,50	50,00	270,00
2010	49	РЫБА (ФИЛЕ) ЗАПЕЧЕНАЯ	100	40,53	16,30	6,50	3,90	139,00
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД С ВИТАМИНОМ С	200	7,09	0,30	0,00	23,40	94,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,99	2,30	0,90	15,40	79,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,84	2,00	0,40	11,90	59,00
Итого				78,47	34,40	18,90	132,00	836,00
Обед 7-11 лет								
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	15,70	8,50	6,30	27,50	201,00
2010	58	ПЛОВ ОВОЩНОЙ	190	11,16	5,00	6,20	50,10	277,00
2010	49	РЫБА (ФИЛЕ) ЗАПЕЧЕНАЯ	100	40,53	16,30	6,50	3,90	139,00
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД С ВИТАМИНОМ С	200	7,09	0,30	0,00	23,40	94,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,99	2,30	0,90	15,40	79,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,84	2,00	0,40	11,90	59,00
Итого				79,31	34,40	20,30	132,20	849,00

Шеф-повар

И.А. Микулина

Микулина И.А.