

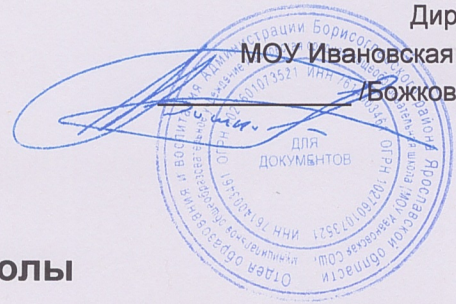
Утверждаю

Директор
МОУ Ивановская СОШ
Божков Ф.Н./

МЕНЮ

18 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	74	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	3,11	6,10	7,30	27,80	205,00
2010	48	РЫБА (ФИЛЕ) ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	75/100	42,97	16,40	9,80	8,10	195,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,45	1,70	0,30	9,90	50,00
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/12/7	2,04	0,20	0,00	12,20	50,00
2008		ВЫПЕЧНОЕ ИЗДЕЛИЕ В ПРОМЫШЛЕННОЙ УПАКОВКЕ	70	22,15	5,20	3,60	36,50	200,00
Итого				71,72	29,60	21,00	94,50	700,00
Всего				71,72	29,60	21,00	94,50	700,00

Шеф-повар

И.А. Микулина

Микулина И.А.

Утверждаю

Директор
МОУ Ивановская СОШ
/Божков Ф.Н./



МЕНЮ

18 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	74	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	3,54	6,10	7,80	27,70	205,00
2010	48	РЫБА (ФИЛЕ) ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	90/100	44,92	17,10	10,60	10,80	210,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,46	1,70	0,30	9,90	50,00
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/12/7	2,53	0,20	0,00	12,20	50,00
2008		ВЫПЕЧНОЕ ИЗДЕЛИЕ В ПРОМЫШЛЕННОЙ УПАКОВКЕ	70	22,15	5,20	3,60	36,50	200,00
Итого				74,59	30,30	22,30	97,10	715,00
Обед 12-18 лет								
2011	104	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	7,58	5,00	4,80	34,50	201,00
2010	69	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	180	9,32	3,70	7,70	20,60	168,00
2011	227	РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ	100	51,05	17,90	13,80	0,20	196,00
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД С ВИТАМИНОМ С	200	8,39	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
2008		ФРУКТ ПО СЕЗОНУ	100	13,60	0,40	0,40	9,80	47,00
Итого				94,21	31,30	27,90	113,80	835,00
Обед 7-11 лет								
2011	104	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	7,70	5,00	5,60	34,60	209,00
2010	69	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	180	9,28	3,70	7,70	20,90	169,00
2011	227	РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ	100	50,91	17,90	14,20	0,30	199,00
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД С ВИТАМИНОМ С	200	9,89	0,30	0,00	32,90	132,00
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				82,05	30,90	28,70	114,00	838,00

Шеф-повар _____

И.А. Микулина

Микулина И.А.