

Утверждаю



Директор  
МОУ Ивановская СОШ  
Божков Ф.Н./

# МЕНЮ

19 марта 2025 г.

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                          | Выход    | Цена,<br>руб. | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|---------------------|---------------------------------------------|----------|---------------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|
|                               |                     |                                             |          |               | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |
| ЗАВТРАК начальной школы 9:20  |                     |                                             |          |               |                   |         |                  |                                          |
| 2010                          | 34                  | КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС"<br>ЖИДКАЯ С КУРАГОЙ | 200/5    | 21,06         | 5,60              | 8,10    | 21,00            | 179,00                                   |
| 2008                          |                     | ВЫПЕЧНОЕ ИЗДЕЛИЕ В<br>ПРОМЫШЛЕННОЙ УПАКОВКЕ | 70       | 23,70         | 5,30              | 3,70    | 37,60            | 206,00                                   |
| 2010                          | 96                  | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ                     | 200/12/7 | 4,35          | 0,20              | 0,00    | 12,10            | 50,00                                    |
| к/к                           | к/к                 | СВЕЖИЙ ФРУКТ                                | 100      | 36,49         | 0,80              | 0,20    | 7,50             | 38,00                                    |
| Итого                         |                     |                                             |          | 85,60         | 11,90             | 12,00   | 78,20            | 473,00                                   |
| ЗАВТРАК начальной школы 11:00 |                     |                                             |          |               |                   |         |                  |                                          |
| 2010                          | 58                  | ПЛОВ ОВОЩНОЙ                                | 190      | 11,00         | 5,10              | 5,30    | 50,20            | 273,00                                   |
| 2010                          | 51                  | БИТОЧКИ РЫБНЫЕ                              | 100      | 47,25         | 15,40             | 9,20    | 14,90            | 208,00                                   |
| 2010                          | 96                  | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ                     | 200/12/7 | 4,38          | 0,20              | 0,00    | 12,20            | 50,00                                    |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                 | 30       | 1,84          | 2,00              | 0,40    | 11,90            | 59,00                                    |
| 2008                          |                     | ВЫПЕЧНОЕ ИЗДЕЛИЕ В<br>ПРОМЫШЛЕННОЙ УПАКОВКЕ | 70       | 23,70         | 5,30              | 3,70    | 37,60            | 206,00                                   |
| Итого                         |                     |                                             |          | 88,18         | 28,00             | 18,60   | 126,80           | 796,00                                   |

Шеф-повар Микулина И.А.

Утверждаю

Директор  
МОУ Ивановская СОШ  
Божков Ф.Н./

# МЕНЮ

19 марта 2025 г.

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                          | Выход    | Цена,<br>руб. | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|---------------------|---------------------------------------------|----------|---------------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|
|                               |                     |                                             |          |               | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |
| 1. Завтрак 12-18 лет на 9:20  |                     |                                             |          |               |                   |         |                  |                                          |
| 2010                          | 34                  | КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС"<br>ЖИДКАЯ С КУРАГОЙ | 200/5    | 20,86         | 5,80              | 8,00    | 23,60            | 190,00                                   |
| 2008                          |                     | ВЫПЕЧНОЕ ИЗДЕЛИЕ В<br>ПРОМЫШЛЕННОЙ УПАКОВКЕ | 70       | 23,70         | 5,30              | 3,70    | 37,60            | 206,00                                   |
| 2010                          | 96                  | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ                     | 200/12/7 | 4,30          | 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                         |                     |                                             |          | 85,30         | 12,10             | 11,90   | 80,70            | 484,00                                   |
| 2. Завтрак 12-18 лет на 11:00 |                     |                                             |          |               |                   |         |                  |                                          |
| 2010                          | 58                  | ПЛОВ ОВОЩНОЙ                                | 190      | 11,08         | 5,10              | 5,90    | 50,20            | 274,00                                   |
| 2010                          | 51                  | БИТОЧКИ РЫБНЫЕ                              | 100      | 47,30         | 15,50             | 9,50    | 14,90            | 206,00                                   |
| 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<br>ПРОМЫШЛЕННОЙ УПАКОВКЕ | 70       | 23,70         | 5,30              | 3,70    | 37,60            | 206,00                                   |
| Итого                         |                     |                                             |          | 88,29         | 28,10             | 19,50   | 126,90           | 796,00                                   |
| Обед 12-18 лет                |                     |                                             |          |               |                   |         |                  |                                          |
| 2011                          | 102                 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С<br>БОБОВЫМИ              | 250      | 15,29         | 8,50              | 5,60    | 27,40            | 195,00                                   |
| 2010                          | 58                  | ПЛОВ ОВОЩНОЙ                                | 190      | 10,96         | 5,00              | 5,50    | 50,20            | 271,00                                   |
| 2010                          | 51                  | БИТОЧКИ РЫБНЫЕ                              | 100      | 47,09         | 15,50             | 9,40    | 14,90            | 206,00                                   |
| 2011                          | 375                 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД С<br>ВИТАМИНОМ С      | 200      | 7,06          | 0,30              | 0,00    | 23,40            | 94,00                                    |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                 | 30       | 1,84          | 2,00              | 0,40    | 11,90            | 59,00                                    |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                              | 30       | 2,99          | 2,30              | 0,90    | 15,40            | 79,00                                    |
| Итого                         |                     |                                             |          | 85,23         | 33,60             | 21,80   | 143,20           | 904,00                                   |
| Обед 7-11 лет                 |                     |                                             |          |               |                   |         |                  |                                          |
| 2011                          | 102                 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С<br>БОБОВЫМИ              | 250      | 15,70         | 8,50              | 6,30    | 27,50            | 201,00                                   |
| 2010                          | 58                  | ПЛОВ ОВОЩНОЙ                                | 190      | 11,39         | 5,10              | 6,20    | 50,30            | 278,00                                   |
| 2010                          | 51                  | БИТОЧКИ РЫБНЫЕ                              | 100      | 47,69         | 15,60             | 10,20   | 15,20            | 215,00                                   |
| 2011                          | 375                 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД С<br>ВИТАМИНОМ С      | 200      | 7,06          | 0,30              | 0,00    | 23,40            | 94,00                                    |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                 | 30       | 1,84          | 2,00              | 0,40    | 11,90            | 59,00                                    |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                              | 30       | 2,99          | 2,30              | 0,90    | 15,40            | 79,00                                    |
| Итого                         |                     |                                             |          | 86,68         | 33,80             | 24,00   | 143,70           | 926,00                                   |

Шеф-повар

*И.А. Микулина*

Микулина И.А.