

Утверждаю

Директор

МОУ Ивановская СОШ

/Божков Ф.Н./



# МЕНЮ

20 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	
<b>Завтрак</b>								
2010	24	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	200	10,74	0,90	6,90	31,60	219,00
2010	49	РЫБА (ФИЛЕ) ЗАПЕЧЕННАЯ	100	40,06	16,30	6,20	4,00	142,00
2011		ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	50	10,09	0,50	0,10	1,80	12,00
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	200/12	1,20	0,20	0,00	12,00	49,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,46	1,70	0,30	9,90	50,00
2008		ВЫПЕЧНОЕ ИЗДЕЛИЕ В ПРОМЫШЛЕННОЙ УПАКОВКЕ	70	22,15	5,30	3,70	37,60	206,00
<b>Итого</b>				<b>85,70</b>	<b>24,90</b>	<b>17,20</b>	<b>96,90</b>	<b>678,00</b>
<b>Всего</b>				<b>85,70</b>	<b>24,90</b>	<b>17,20</b>	<b>96,90</b>	<b>678,00</b>

Шеф-повар \_\_\_\_\_

*Микулина*

Микулина И.А.



Утверждаю

Директор  
МОУ Ивановская СОШ  
Божков Ф.Н./

# МЕНЮ

20 декабря 2024 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	
<b>Завтрак 12-18 лет</b>								
2010	24	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	200	10,75	4,20	8,30	31,60	219,00
2010	49	РЫБА (ФИЛЕ) ЗАПЕЧЕННАЯ	100	40,07	16,30	6,80	4,10	143,00
2011		ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	50	10,10	0,50	0,10	1,80	12,00
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	200/12	1,67	0,20	0,00	12,10	49,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,46	1,70	0,30	9,90	50,00
2008		ВЫПЕЧНОЕ ИЗДЕЛИЕ В ПРОМЫШЛЕННОЙ УПАКОВКЕ	70	22,15	5,30	3,70	37,60	206,00
<b>Итого</b>				<b>86,19</b>	<b>28,20</b>	<b>19,20</b>	<b>97,10</b>	<b>679,00</b>
<b>Обед 12-18 лет</b>								
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	5,99	8,10	6,00	24,90	186,00
2010	73	РИС ОТВАРНОЙ	80	6,51	3,40	6,50	35,50	214,00
2010	53	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	75	48,39	18,10	13,10	13,10	242,00
2008		ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	50	10,00	0,40	0,10	1,20	7,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА С ВИТАМИНОМ С	200	8,14	0,30	0,10	23,70	99,00
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>83,34</b>	<b>34,30</b>	<b>27,00</b>	<b>123,90</b>	<b>877,00</b>
<b>Обед 7-11 лет</b>								
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	6,02	8,10	6,10	24,90	187,00
2010	73	РИС ОТВАРНОЙ	80	6,57	3,40	7,00	35,50	218,00
2010	53	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	75	48,78	18,30	13,20	13,40	245,00
2008		ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	38	7,78	0,30	0,00	0,90	5,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА С ВИТАМИНОМ С	200	8,14	0,30	0,10	23,70	99,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	26	1,48	1,70	0,30	10,10	51,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,83	2,30	0,90	15,40	79,00
<b>Итого</b>				<b>81,61</b>	<b>34,40</b>	<b>27,60</b>	<b>123,90</b>	<b>884,00</b>

Шеф-повар \_\_\_\_\_ *Микулина И.А.*

Микулина И.А.