

Утверждаю

Директор  
МОУ Ивановская СОШ  
Божков Ф.Н./



**МЕНЮ**  
23 декабря 2024 г.

**ЗАВТРАК начальной школы**

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</b>								
2011	219	ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	215/30	47,67	19,40	23,20	13,70	341,00
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/12/7	3,35	0,20	0,00	12,20	50,00
2011	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	37/30	9,56	2,30	0,90	40,80	177,00
2008		ФРУКТ ПО СЕЗОНУ	108	14,67	0,40	0,40	10,60	51,00
<b>Итого</b>				<b>75,25</b>	<b>22,30</b>	<b>24,50</b>	<b>77,30</b>	<b>619,00</b>
<b>Всего</b>				<b>75,25</b>	<b>22,30</b>	<b>24,50</b>	<b>77,30</b>	<b>619,00</b>

Шеф-повар И.А. Микулина Микулина И.А.



Утверждаю

Директор  
МОУ Ивановская СОШ  
/Божков Ф.Н./

**МЕНЮ**  
23 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	180/30	40,08	20,90	24,60	13,50	359,00
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/12/7	2,75	0,20	0,00	12,10	50,00
2011	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30/30	8,35	2,40	0,90	36,20	159,00
2008		ФРУКТ ПО СЕЗОНУ	121	16,50	0,50	0,50	11,90	57,00
<b>Итого</b>				<b>67,68</b>	<b>24,00</b>	<b>26,00</b>	<b>73,70</b>	<b>625,00</b>
<b>Обед 12-18 лет</b>								
2010	7	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ	250/12	9,23	1,90	7,20	8,30	109,00
2010	74	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	8,75	6,80	6,40	30,70	207,00
2010	55	ГУЛЯШ	50/75	44,53	15,20	16,50	4,50	227,00
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД С ВИТАМИНОМ С	200	8,69	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>75,48</b>	<b>28,20</b>	<b>31,30</b>	<b>92,20</b>	<b>766,00</b>
<b>Обед 7-11 лет</b>								
2010	7	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ	250/12	9,53	1,90	7,20	8,30	109,00
2010	74	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	9,10	6,70	6,80	30,20	208,00
2010	55	ГУЛЯШ	50/75	44,47	15,10	17,20	4,30	232,00
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД С ВИТАМИНОМ С	200	8,68	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>76,06</b>	<b>28,00</b>	<b>32,40</b>	<b>91,50</b>	<b>772,00</b>

Шеф-повар

*И.А. Микулина*

Микулина И.А.