

Утверждаю

Директор  
МОУ Ивановская СОШ  
Божков Ф.Н./

**МЕНЮ**  
24 декабря 2024 г.

**ЗАВТРАК начальной школы**

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
<b>Завтрак</b>								
2010	58	ПЛОВ С МЯСОМ	185/60	44,50	15,70	19,00	43,20	411,00
2011		ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	40	8,62	2,20	2,20	6,30	55,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,46	1,70	0,30	9,90	50,00
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/12/7	3,06	0,20	0,00	12,20	50,00
2011	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	22/10/30	29,99	7,30	15,70	15,50	234,00
<b>Итого</b>				<b>87,63</b>	<b>27,10</b>	<b>37,20</b>	<b>87,10</b>	<b>800,00</b>
<b>Всего</b>				<b>87,63</b>	<b>27,10</b>	<b>37,20</b>	<b>87,10</b>	<b>800,00</b>

Шеф-повар \_\_\_\_\_ *Микулина И.А.* Микулина И.А.

Утверждаю

Директор  
МОУ Ивановская СОШ  
/Божков Ф.Н./

## МЕНЮ

24 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>								
2010	58	ПЛОВ С МЯСОМ	200/60	45,32	15,70	19,50	41,20	403,00
2011		ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	35	7,69	2,00	2,30	5,60	51,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,46	1,70	0,30	9,90	50,00
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/12/7	2,76	0,20	0,00	12,20	50,00
2011	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/10/30	36,27	9,30	18,00	15,50	263,00
<b>Итого</b>				<b>93,50</b>	<b>28,90</b>	<b>40,10</b>	<b>84,40</b>	<b>817,00</b>
<b>Обед 12-18 лет</b>								
2010	6	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	250/10	11,43	2,40	7,50	13,10	133,00
2011	202	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	135	9,45	6,80	4,80	43,10	243,00
2010	59	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	100	36,39	14,10	14,90	19,20	267,00
2008		ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	36	4,38	1,10	0,10	2,30	14,00
2008	440	НАПИТОК ИЗ КУРАГИ С ВИТАМИНОМ С	200	5,23	0,40	0,00	23,00	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>71,17</b>	<b>28,80</b>	<b>28,50</b>	<b>126,00</b>	<b>880,00</b>
<b>Обед 7-11 лет</b>								
2010	6	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	250/10	11,69	2,40	7,50	13,60	134,00
2011	202	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	135	9,42	6,70	4,80	42,80	241,00
2010	59	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	100	36,29	14,00	14,80	19,30	267,00
2008		ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	36	4,30	1,10	0,10	2,30	14,00
2008	440	НАПИТОК ИЗ КУРАГИ С ВИТАМИНОМ С	200	5,27	0,40	0,00	23,00	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>71,25</b>	<b>28,60</b>	<b>28,40</b>	<b>126,30</b>	<b>879,00</b>

Шеф-повар



Микулина И.А.