

Утверждаю

И.О. директора  
МОУ Ивановская СОШ  
/Божков Ф.Н./

# МЕНЮ

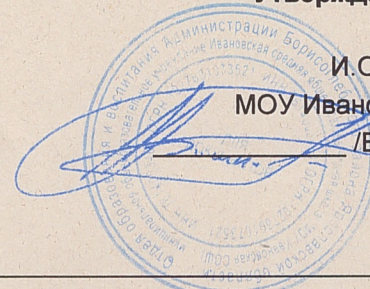
26 марта 2024 г.

## 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	69	Рагу из овощей	200	15,30	2	7,2	34,2	235
2010	71	Котлеты рубленные из птицы	100	40,05	15,3	17,6	18,5	298
2008		Хлеб ржаной	30	1,62	2	0,4	11,9	59
2008	1	Бутерброд с маслом	30/10	10,84	2,2	9,1	15,5	153
2011	376	Чай с сахаром	200/12	2,93	0,2		12	49
<b>Итого</b>				<b>70,74</b>	<b>21,7</b>	<b>34,3</b>	<b>92,1</b>	<b>794</b>
<b>Всего</b>				<b>70,74</b>	<b>21,7</b>	<b>34,3</b>	<b>92,1</b>	<b>794</b>

Шеф-повар Микулина И.А. Микулина И.А.

Утверждаю



И.О. директора  
МОУ Ивановская СОШ  
/Божков Ф.Н./

## МЕНЮ

26 марта 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	69	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	200	15,31	5,3	8,6	34,3	235
2010	71	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	40,09	15,4	18,1	18,5	299
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,62	2	0,4	11,9	59
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/10	10,84	2,4	9,2	15,5	153
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	200/12	2,93	0,2		12	49
<b>Итого</b>				<b>70,79</b>	<b>25,3</b>	<b>36,3</b>	<b>92,2</b>	<b>795</b>
<b>Обед 12-18 лет</b>								
2010	6	Борщ со сметаной	250/10	12,38	2,2	6,9	12,6	125
2010	74	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,64	6,8	6,8	30,8	212
2010	55	Гуляш	50/75	46,52	11,8	14	4,7	191
2008		Хлеб пшеничный/ржаной	30/30	4,25	4,3	1,3	27,3	138
2008	436	Напиток лимонный	200	6,76	0,1		23,9	99
<b>Итого</b>				<b>80,55</b>	<b>25,2</b>	<b>29</b>	<b>99,3</b>	<b>765</b>
<b>Обед 7-11 лет</b>								
2010	6	Борщ со сметаной	250/10	12,27	2,1	6,7	13,1	124
2010	74	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,26	6,8	6,6	30,7	209
2010	55	Гуляш	50/75	46,54	11,7	14,3	4,6	193
2008		Хлеб пшеничный/ржаной	30/30	4,25	4,3	1,3	27,3	138
2008	436	Напиток лимонный	200	6,81	0,1		23,8	98
<b>Итого</b>				<b>80,14</b>	<b>25</b>	<b>28,9</b>	<b>99,5</b>	<b>762</b>

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