



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

**МЕНЮ**  
27 апреля 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	170/30	50,29	18,90	23,50	12,40	337,00
2010	96	Чай с сахаром и лимоном	200/12/7	3,48	0,20	0,00	12,10	50,00
2008	к/к	Хлеб пшеничный	30	2,63	2,10	0,80	15,40	79,00
2011	2	Бутерброд с джемом	30/30	16,39	2,20	0,80	36,20	159,00
2008		Фрукт по сезону	100	13,63	0,40	0,40	9,80	47,00
<b>Итого</b>				<b>86,42</b>	<b>23,80</b>	<b>25,50</b>	<b>85,90</b>	<b>672,00</b>
<b>Всего</b>				<b>86,42</b>	<b>23,80</b>	<b>25,50</b>	<b>85,90</b>	<b>672,00</b>

Шеф-повар Миф Микулина И.А.

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
27 апреля 2024 г.



Сборник рецептур	№ тех. 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	170/30	50,34	18,90	23,50	12,40	337,00
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/12/7	3,48	0,20	0,00	12,10	50,00
2008	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,63	2,30	0,90	15,40	79,00
2011	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30/30	16,43	2,40	0,90	36,20	159,00
2008		ФРУКТ ПО СЕЗОНУ	100	13,62	0,40	0,40	9,80	47,00
<b>Итого</b>				<b>86,51</b>	<b>24,20</b>	<b>25,70</b>	<b>85,90</b>	<b>672,00</b>
<b>Обед 12-18 лет</b>								
2010	7	Щи из свежей капусты со сметаной	250/10	13,32	2,10	6,80	9,50	110,00
2010	74	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,81	6,80	7,10	30,70	213,00
2010	55	Гуляш	50/75	45,01	11,20	13,80	4,80	188,00
2011	377	Чай с лимоном	200/14/7	3,96	0,20	0,00	14,30	59,00
2008		Хлеб пшеничный/ржаной	30/30	4,25	4,20	1,20	27,30	138,00
<b>Итого</b>				<b>77,35</b>	<b>24,50</b>	<b>28,90</b>	<b>86,60</b>	<b>708,00</b>
<b>Обед 7-11 лет</b>								
2010	7	Щи из свежей капусты со сметаной	250/10	13,10	2,10	6,80	9,50	111,00
2010	74	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,27	6,80	6,60	30,80	209,00
2010	55	Гуляш	50/75	44,66	11,10	13,80	4,50	187,00
2011	377	Чай с лимоном	200/14/7	3,99	0,20	0,00	14,10	58,00
2008		Хлеб пшеничный/ржаной	30/30	4,25	4,20	1,20	27,30	138,00
<b>Итого</b>				<b>76,27</b>	<b>24,40</b>	<b>28,40</b>	<b>86,20</b>	<b>703,00</b>

Шеф-повар

*И.А. Микулина*

Микулина И.А.