

Утверждаю

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



## МЕНЮ

28 марта 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	204	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	200/20	24,42	11,9	11,1	47,4	338
2006	324	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	16,90	7,5	6,8	0,4	92
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	200/12	2,93	0,2		12	49
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/10	11,43	2,4	9,2	15,5	153
к/к	к/к	ФРУКТ ПО СЕЗОНУ	100	20,27	0,8	0,2	7,5	38
<b>Итого</b>				<b>75,94</b>	<b>22,8</b>	<b>27,3</b>	<b>82,8</b>	<b>670</b>
<b>Обед 12-18 лет</b>								
2010	7	Щи из свежей капусты с мясом птицы со сметаной	250/25/10	22,60	7	8,9	9,4	152
2010	77	Картофель отварной со сливочным маслом	180	15,31	3,5	5,8	28,5	181
2010	71	Котлеты рубленные из птицы	100	40,22	15,5	18,3	18,6	301
2011	377	Чай с лимоном	200/14/7	3,95	0,2		14,2	58
2008		Хлеб пшеничный/ржаной	30/30	4,25	4,3	1,3	27,3	138
<b>Итого</b>				<b>86,34</b>	<b>30,5</b>	<b>34,3</b>	<b>98</b>	<b>830</b>
<b>Обед 7-11 лет</b>								
2010	7	Щи из свежей капусты с мясом птицы со сметаной	250/25/10	22,75	7	9,8	9,6	158
2010	77	Картофель отварной со сливочным маслом	180	14,90	3,5	5,6	28,4	178
2010	71	Котлеты рубленные из птицы	100	40,13	15,5	18,1	18,5	298
2008		Хлеб пшеничный/ржаной	30/30	4,25	4,3	1,3	27,3	138
2011	377	Чай с лимоном	200/14/7	3,93	0,2		14,1	58
<b>Итого</b>				<b>85,96</b>	<b>30,5</b>	<b>34,8</b>	<b>97,9</b>	<b>830</b>

Шеф-повар \_\_\_\_\_

Микулина И.А.



Утверждаю



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

# МЕНЮ

28 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>								
2011	204	Макароны отварные с сыром	200/20	24,40	11,9	11,1	47,4	338
2011	209	Яйцо вареное	40	14,50	7,5	6,8	0,4	92
2011	376	Чай с сахаром	200/12	2,93	0,2		12	49
2008	1	Бутерброд с маслом	30/10	11,43	2,2	9,1	15,5	153
к/к	к/к	Фрукт по сезону	100	20,26	0,8	0,2	7,5	38
<b>Итого</b>				<b>73,52</b>	<b>22,6</b>	<b>27,2</b>	<b>82,8</b>	<b>670</b>
<b>Всего</b>				<b>73,52</b>	<b>22,6</b>	<b>27,2</b>	<b>82,8</b>	<b>670</b>

Шеф-повар Микулина И.А.