



Директор

МОУ Ивановская СОШ

Божков Ф.Н./

# МЕНЮ

2 октября 2026 г.

2 октября 2020 г.

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                          | Выход    | Цена,<br>руб. | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|---------------------|---------------------------------------------|----------|---------------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|
|                               |                     |                                             |          |               | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |
| Завтрак 9:00                  |                     |                                             |          |               |                   |         |                  |                                          |
| 2010                          | 33                  | КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С<br>МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ   | 200/5    | 15,22         | 4,82              | 7,67    | 27,39            | 198,60                                   |
| 2008                          |                     | ВЫПЕЧНОЕ ИЗДЕЛИЕ В<br>ПРОМЫШЛЕННОЙ УПАКОВКЕ | 100      | 46,42         | 7,60              | 5,30    | 53,70            | 294,00                                   |
| 2010                          | 96                  | ЧАЙ С САХАРОМ                               | 200/12   | 2,41          | 0,19              | 0,00    | 12,03            | 48,35                                    |
| 2008                          | 17                  | СВЕЖИЙ ФРУКТ                                | 100      | 21,92         | 1,49              | 0,50    | 20,92            | 95,61                                    |
| Итого                         |                     |                                             |          | 85,97         | 14,10             | 13,47   | 114,04           | 637,06                                   |
| Завтрак 11:00                 |                     |                                             |          |               |                   |         |                  |                                          |
| 2010                          | 77                  | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ                          | 180      | 8,37          | 3,49              | 7,00    | 28,46            | 191,13                                   |
| 2010                          | 49                  | РЫБА (ФИЛЕ) ЗАПЕЧЕННАЯ                      | 100      | 53,32         | 16,28             | 6,77    | 4,06             | 142,61                                   |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                 | 30       | 2,23          | 1,98              | 0,36    | 11,88            | 59,40                                    |
| 2010                          | 96                  | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ                     | 200/12/7 | 3,35          | 0,23              | 0,00    | 12,16            | 50,24                                    |
| 2008                          |                     | ВЫПЕЧНОЕ ИЗДЕЛИЕ В<br>ПРОМЫШЛЕННОЙ УПАКОВКЕ | 100      | 46,42         | 7,37              | 5,14    | 52,09            | 285,18                                   |
| Итого                         |                     |                                             |          | 113,69        | 29,35             | 19,27   | 108,65           | 728,56                                   |
| Обед 12:45                    |                     |                                             |          |               |                   |         |                  |                                          |
| 2011                          | 104                 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С<br>МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | 250      | 7,27          | 3,10              | 6,32    | 22,53            | 159,73                                   |
| 2010                          | 77                  | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ                          | 190      | 8,82          | 3,69              | 7,26    | 30,03            | 200,55                                   |
| 2010                          | 49                  | РЫБА (ФИЛЕ ) ЗАПЕЧЕНАЯ                      | 100      | 53,31         | 16,28             | 6,77    | 4,06             | 142,61                                   |
| 2011                          | 47                  | САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ                   | 80       | 7,35          | 1,28              | 4,08    | 6,58             | 70,08                                    |
| 2011                          | 375                 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД С<br>ВИТАМИНОМ С      | 200      | 6,90          | 0,26              | 0,00    | 23,43            | 93,71                                    |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                 | 30       | 2,23          | 1,98              | 0,36    | 11,88            | 59,40                                    |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                              | 30       | 3,62          | 2,25              | 0,87    | 15,42            | 78,60                                    |
| Итого                         |                     |                                             |          | 89,49         | 28,84             | 25,66   | 113,93           | 804,68                                   |

Шеф-повар

Микулина И.А.

Утверждаю

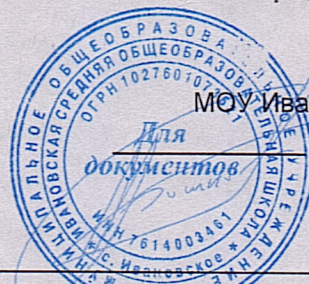
Директор

МОУ Ивановская СОШ

/Божков Ф.Н./

# МЕНЮ

2 октября 2026 г.



| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                          | Выход    | Цена,<br>руб. | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|---------------------|---------------------------------------------|----------|---------------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|
|                               |                     |                                             |          |               | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |
| ЗАВТРАК начальной школы 9:20  |                     |                                             |          |               |                   |         |                  |                                          |
| 2010                          | 33                  | КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С<br>МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ   | 200/5    | 14,41         | 4,84              | 6,88    | 27,72            | 192,77                                   |
| 2008                          |                     | ВЫПЕЧНОЕ ИЗДЕЛИЕ В<br>ПРОМЫШЛЕННОЙ УПАКОВКЕ | 100      | 66,31         | 7,60              | 5,30    | 53,70            | 294,00                                   |
| 2010                          | 96                  | ЧАЙ С САХАРОМ                               | 200/12   | 2,42          | 0,19              | 0,00    | 12,11            | 49,17                                    |
| 2008                          | 17                  | СВЕЖИЙ ФРУКТ                                | 100      | 22,01         | 1,50              | 0,50    | 21,00            | 96,00                                    |
| Итого                         |                     |                                             |          | 105,15        | 14,13             | 12,68   | 114,53           | 631,94                                   |
| ЗАВТРАК начальной школы 11:00 |                     |                                             |          |               |                   |         |                  |                                          |
| 2010                          | 77                  | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ                          | 180      | 8,36          | 0,00              | 5,68    | 28,46            | 190,70                                   |
| 2010                          | 49                  | РЫБА (ФИЛЕ) ЗАПЕЧЕННАЯ                      | 100      | 53,42         | 16,31             | 6,36    | 4,15             | 144,26                                   |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                 | 30       | 2,23          | 1,98              | 0,36    | 11,88            | 59,40                                    |
| 2010                          | 96                  | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ                     | 200/12/7 | 3,36          | 0,23              | 0,00    | 12,09            | 50,01                                    |
| 2008                          |                     | ВЫПЕЧНОЕ ИЗДЕЛИЕ В<br>ПРОМЫШЛЕННОЙ УПАКОВКЕ | 70       | 66,31         | 7,60              | 5,30    | 53,70            | 294,00                                   |
| Итого                         |                     |                                             |          | 133,68        | 26,12             | 17,70   | 110,28           | 738,37                                   |

Шеф-повар

*И.А. Микulina*

Микулина И.А.

