

Утверждаю

Директор
МОУ Ивановская СОШ
/Божков Ф.Н./

МЕНЮ

4 мая 2026 г.

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак 9:00								
2010	14	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200/5	18,29	6,24	8,88	24,25	203,02
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/12/7	5,48	0,23	0,00	12,17	50,43
2006	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/10/20	27,87	6,94	15,02	15,50	226,20
2008		ФРУКТ ПО СЕЗОНУ	101	19,86	0,81	0,20	7,55	38,24
Итого				71,50	14,22	24,10	59,47	517,89
Завтрак 11:00								
2010	74	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	9,94	6,80	6,58	30,75	209,15
2010	55	ГУЛЯШ	50/75	35,08	9,74	12,62	4,45	170,43
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ ПОРЦИОННО	41	11,07	0,45	0,08	1,54	9,74
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/12/7	5,30	0,23	0,00	12,16	50,24
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,03	1,98	0,36	11,88	59,40
2006	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/10/20	27,87	6,94	15,02	15,50	226,20
2008		ФРУКТ ПО СЕЗОНУ	100	19,71	0,80	0,20	7,49	37,96
Итого				111,00	26,94	34,86	83,77	763,12
Обед 12:45								
2010	7	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ	250/10	10,47	1,85	7,16	8,28	105,90
2010	74	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	10,09	6,76	6,74	30,54	209,42
2010	55	ГУЛЯШ	50/75	35,11	9,81	12,29	4,45	167,74
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ ПОРЦИОННО	40	10,96	0,44	0,08	1,53	9,65
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД С ВИТАМИНОМ С	200	7,21	0,26	0,00	23,43	93,71
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,03	1,98	0,36	11,88	59,40
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,29	2,25	0,87	15,42	78,60
Итого				79,16	23,35	27,50	95,53	724,42

Шеф-повар



Микулина И.А.