

Утверждаю

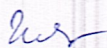
Директор  
МОУ Ивановская СОШ  
/Божков Ф.Н./

# МЕНЮ

8 декабря 2025 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  |                     |                          |          |               |                   |         |                  |                                          |
| 2011                          | 219                 | ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ | 170/30   | 51,53         | 20,30             | 24,37   | 12,63            | 351,31                                   |
| 2010                          | 96                  | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ  | 200/12/7 | 4,24          | 0,23              | 0,00    | 12,16            | 50,28                                    |
| 2011                          | 2                   | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ       | 30/30    | 10,64         | 2,21              | 0,84    | 36,17            | 158,88                                   |
| 2008                          |                     | ФРУКТ ПО СЕЗОНУ          | 100      | 19,31         | 0,40              | 0,40    | 9,80             | 46,98                                    |
| Итого                         |                     |                          |          | 85,73         | 23,14             | 25,61   | 70,76            | 607,45                                   |
| ЗАВТРАК начальной школы 11:00 |                     |                          |          |               |                   |         |                  |                                          |
| 2011                          | 219                 | ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ | 170/30   | 51,53         | 20,30             | 24,37   | 12,63            | 351,31                                   |
| 2010                          | 96                  | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ  | 200/12/7 | 4,24          | 0,23              | 0,00    | 12,16            | 50,28                                    |
| 2011                          | 2                   | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ       | 30/30    | 10,64         | 2,21              | 0,84    | 36,17            | 158,88                                   |
| Итого                         |                     |                          |          | 66,42         | 22,74             | 25,21   | 60,96            | 560,47                                   |

Шеф-повар



Микулина И.А.



**МЕНЮ**  
8 декабря 2025 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                  |                     |                                        |          |               |                   |         |                  |                                          |
| 2011                          | 219                 | ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ               | 175/30   | 52,52         | 20,70             | 25,04   | 12,93            | 360,17                                   |
| 2010                          | 96                  | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ                | 200/12/7 | 4,32          | 0,23              | 0,00    | 12,66            | 52,27                                    |
| 2011                          | 2                   | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ                     | 30/30    | 10,59         | 2,35              | 0,87    | 36,17            | 158,88                                   |
| 2008                          |                     | ФРУКТ ПО СЕЗОНУ                        | 100      | 19,34         | 0,40              | 0,40    | 9,81             | 47,05                                    |
| Итого                         |                     |                                        |          | 86,76         | 23,68             | 26,31   | 71,57            | 618,37                                   |
| Завтрак 11:00                 |                     |                                        |          |               |                   |         |                  |                                          |
| 2011                          | 219                 | ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ               | 175/30   | 52,52         | 20,70             | 25,04   | 12,93            | 360,17                                   |
| 2010                          | 96                  | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ                | 200/12/7 | 4,32          | 0,23              | 0,00    | 12,66            | 52,27                                    |
| 2011                          | 2                   | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ                     | 30/30    | 10,59         | 2,35              | 0,87    | 36,17            | 158,88                                   |
| Итого                         |                     |                                        |          | 67,43         | 23,28             | 25,91   | 61,76            | 571,32                                   |
| Обед 12:45                    |                     |                                        |          |               |                   |         |                  |                                          |
| 2010                          | 7                   | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО<br>СМЕТАНОЙ    | 250/10   | 10,76         | 1,84              | 7,14    | 8,27             | 105,56                                   |
| 2010                          | 74                  | КАША ГРЕЧНЕВАЯ<br>РАССЫПЧАТАЯ          | 180      | 12,52         | 6,74              | 6,70    | 30,48            | 208,89                                   |
| 2010                          | 55                  | ГУЛЯШ                                  | 50/75    | 54,05         | 9,83              | 12,21   | 4,45             | 167,08                                   |
| 2011                          | 375                 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД С<br>ВИТАМИНОМ С | 200      | 8,58          | 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                         |                     |                                        |          | 91,22         | 22,90             | 27,28   | 93,93            | 713,24                                   |

Шеф-повар

Микулина И.А.