Утверждаю

Директор
МОУ Ивановская СОШ
_____/Божков Ф.Н./

МЕНЮ

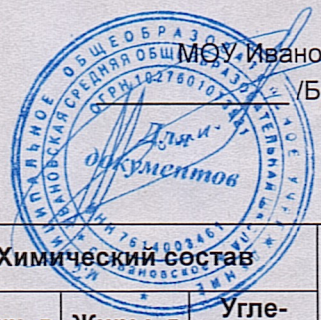
14 октября 2026 г.

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК начальной школы 9:20								
2010	34	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С КУРАГОЙ	200/5	16,23	5,56	7,93	21,20	178,97
2008		ВЫПЕЧНОЕ ИЗДЕЛИЕ В ПРОМЫШЛЕННОЙ УПАКОВКЕ	70	26,05	5,32	3,71	37,59	205,80
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/12/7	3,31	0,23	0,00	11,97	49,50
2008	17	СВЕЖИЙ ФРУКТ	100	12,09	0,40	0,40	9,80	47,02
Итого				**57,67**	**11,51**	**12,04**	**80,56**	**481,29**
ЗАВТРАК начальной школы 11:00								
2010	73	РИС ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5	11,97	4,76	4,97	50,04	263,87
2021	325	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	100	39,99	13,10	4,87	6,03	121,57
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ПОРЦИОННО	40	7,60	0,32	0,04	1,00	5,58
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/12/7	3,38	0,23	0,00	12,30	50,83
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,23	1,98	0,36	11,88	59,40
2008		ВЫПЕЧНОЕ ИЗДЕЛИЕ В ПРОМЫШЛЕННОЙ УПАКОВКЕ	70	26,05	5,32	3,71	37,59	205,80
Итого				**91,22**	**25,71**	**13,95**	**118,84**	**707,05**

Шеф-повар _____ Микулина И.А.

Утверждаю

Директор
МОУ Ивановская СОШ
_____/Божков Ф.Н./



МЕНЮ

14 октября 2026 г.

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак 9:00								
2010	34	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С КУРАГОЙ	200/5	16,88	5,55	8,48	21,38	184,70
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/12/7	3,33	0,23	0,00	11,61	48,06
2008		ВЫПЕЧНОЕ ИЗДЕЛИЕ В ПРОМЫШЛЕННОЙ УПАКОВКЕ	100	46,42	7,60	5,30	53,70	294,00
2008	17	СВЕЖИЙ ФРУКТ	101	12,16	0,40	0,40	9,86	47,28
Итого				**78,78**	**13,78**	**14,18**	**96,55**	**574,04**
Завтрак 11:00								
2010	73	РИС ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5	12,10	4,77	5,08	50,14	265,37
2021	325	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	100	39,89	13,14	5,10	6,09	123,29
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ПОРЦИОННО	40	7,62	0,32	0,04	1,00	5,60
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/12/7	3,35	0,23	0,00	12,16	50,24
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,23	1,98	0,36	11,88	59,40
2008		ВЫПЕЧНОЕ ИЗДЕЛИЕ В ПРОМЫШЛЕННОЙ УПАКОВКЕ	100	46,42	7,37	5,14	52,09	285,18
Итого				**111,62**	**27,81**	**15,72**	**133,36**	**789,08**
Обед 12:45								
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	6,98	8,14	5,67	25,01	183,87
2010	73	РИС ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5	12,06	4,77	5,05	50,18	265,18
2021	325	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	100	39,90	13,18	4,87	6,09	121,37
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ПОРЦИОННО	40	7,61	0,32	0,04	1,00	5,59
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА С ВИТАМИНОМ С	200	7,72	0,31	0,14	23,71	98,56
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				**80,12**	**30,95**	**17,00**	**133,29**	**812,57**

Шеф-повар _____ Микулина И.А.