

Утверждаю

Директор  
МОУ Ивановская СОШ  
/Божков Ф.Н./

# МЕНЮ

16 октября 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  |                     |                               |        |               |                   |         |                  |                                          |
| 2010                          | 46                  | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА          | 200    | 66,40         | 27,88             | 21,29   | 24,91            | 407,65                                   |
| 2010                          | 96                  | ЧАЙ С САХАРОМ                 | 200/12 | 2,98          | 0,19              | 0,00    | 12,11            | 49,17                                    |
| 2008                          | 17                  | СВЕЖИЙ ФРУКТ                  | 100    | 19,34         | 0,40              | 0,40    | 9,81             | 47,06                                    |
| Итого                         |                     |                               |        | 88,72         | 28,47             | 21,69   | 46,83            | 503,88                                   |
| ЗАВТРАК начальной школы 11:00 |                     |                               |        |               |                   |         |                  |                                          |
| 2010                          | 74                  | КАША ГРЕЧНЕВАЯ<br>РАССЫПЧАТАЯ | 180    | 11,62         | 6,16              | 6,58    | 27,85            | 194,98                                   |
| 2010                          | 84                  | СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ         | 60     | 3,98          | 0,57              | 1,15    | 4,09             | 29,19                                    |
| 2010                          | 71                  | КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ    | 100    | 36,05         | 15,35             | 17,73   | 18,52            | 299,65                                   |
| 2010                          | 96                  | ЧАЙ С САХАРОМ                 | 200/12 | 2,97          | 0,19              | 0,00    | 12,09            | 49,13                                    |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                | 30     | 3,29          | 2,10              | 0,84    | 15,42            | 78,60                                    |
| 2008                          | 1                   | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ            | 30/10  | 14,29         | 2,15              | 9,09    | 15,50            | 153,40                                   |
| Итого                         |                     |                               |        | 72,22         | 26,52             | 35,39   | 93,47            | 804,95                                   |

Шеф-повар Микулина И.А.

Утверждаю

Директор  
МОУ Ивановская СОШ  
Божков Ф.Н./

# МЕНЮ

16 октября 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                  |                     |                               |          |               |                   |         |                  |                                          |
| 2010                          | 46                  | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА          | 205      | 66,94         | 28,25             | 16,43   | 25,97            | 416,92                                   |
| 2010                          | 96                  | ЧАЙ С САХАРОМ                 | 200/12   | 2,98          | 0,19              | 0,00    | 12,24            | 49,72                                    |
| 2008                          | 17                  | СВЕЖИЙ ФРУКТ                  | 100      | 19,27         | 0,40              | 0,40    | 9,78             | 46,89                                    |
| Итого                         |                     |                               |          | 89,19         | 28,84             | 16,83   | 47,99            | 513,53                                   |
| Завтрак 11:00                 |                     |                               |          |               |                   |         |                  |                                          |
| 2010                          | 74                  | КАША ГРЕЧНЕВАЯ<br>РАССЫПЧАТАЯ | 180      | 12,12         | 6,16              | 6,95    | 27,83            | 198,24                                   |
| 2010                          | 84                  | СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ         | 60       | 4,05          | 0,60              | 1,11    | 3,94             | 28,44                                    |
| 2010                          | 71                  | КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ    | 100      | 36,00         | 15,44             | 18,33   | 18,60            | 300,98                                   |
| 2010                          | 96                  | ЧАЙ С САХАРОМ                 | 200/12   | 2,97          | 0,19              | 0,00    | 12,03            | 48,35                                    |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                | 30       | 3,29          | 2,25              | 0,87    | 15,42            | 78,60                                    |
| 2008                          | 1                   | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ            | 30/10    | 14,29         | 2,30              | 9,12    | 15,50            | 153,40                                   |
| Итого                         |                     |                               |          | 72,73         | 26,94             | 36,38   | 93,32            | 808,51                                   |
| Обед 12:45                    |                     |                               |          |               |                   |         |                  |                                          |
| 2010                          | 6                   | БОРЩ СО СМЕТАНОЙ              | 250/10   | 12,96         | 1,96              | 8,08    | 12,15            | 129,92                                   |
| 2010                          | 74                  | КАША ГРЕЧНЕВАЯ<br>РАССЫПЧАТАЯ | 180      | 5,59          | 6,11              | 7,71    | 27,67            | 204,27                                   |
| 2010                          | 84                  | СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ         | 60       | 3,95          | 0,56              | 1,15    | 3,97             | 28,75                                    |
| 2010                          | 71                  | КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ    | 100      | 36,04         | 15,46             | 18,12   | 18,47            | 298,63                                   |
| 2008                          |                     | ПОМИДОР СВЕЖИЙ<br>ПОРЦИОННО   | 40       | 8,90          | 0,44              | 0,08    | 1,53             | 9,65                                     |
| 2010                          | 96                  | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ       | 200/12/7 | 4,73          | 0,23              | 0,00    | 12,16            | 50,25                                    |
| 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                         |                     |                               |          | 77,48         | 28,99             | 36,37   | 103,25           | 859,47                                   |

Шеф-повар

*И.А. Микулина*

Микулина И.А.