

Утверждаю



Директор
МОУ Ивановская СОШ
Божков Ф.Н./

МЕНЮ

19 марта 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								
2008	184	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5	18,49	6,03	7,34	29,56	208,98
2006	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/10/20	31,30	6,87	14,93	15,50	225,10
2010	100	КАКАО С МОЛОКОМ	200	20,97	5,01	4,13	20,22	139,51
2008	17	СВЕЖИЙ ФРУКТ	100	24,84	0,40	0,40	9,78	46,89
Итого				95,59	18,31	26,80	75,06	620,48
Завтрак 11:00								
2010	74	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	190	6,01	6,42	8,46	29,08	217,90
2010	55	ГУЛЯШ	50/75	57,19	9,94	12,71	5,15	174,83
2021	325	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	105	38,29	13,77	6,05	6,31	135,31
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/12/7	6,93	0,23	0,00	12,16	50,24
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,03	1,98	0,36	11,88	59,40
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/10	14,29	2,30	9,12	15,50	153,40
Итого				124,73	34,64	36,70	80,08	791,08
Обед 12:45								
2010	6	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	250/10	17,75	2,06	6,96	12,63	122,24
2010	74	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	190	5,98	6,46	8,15	29,26	215,99
2010	55	ГУЛЯШ	50/75	56,63	9,82	12,10	4,49	166,19
2021	325	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	100	37,64	13,20	5,01	6,10	122,76
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С	200	9,28	0,00	0,00	19,36	77,41
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,29	2,25	0,87	15,42	78,60
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,03	1,98	0,36	11,88	59,40
Итого				132,59	35,77	33,45	99,14	842,59

Шеф-повар _____

Микулина И.А.