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

МЕНЮ

19 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								
2011	219	ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	170/30	30,46	20,16	24,21	12,60	349,16
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/12/7	3,31	0,23	0,00	11,97	49,50
2011	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30/30	9,67	2,21	0,84	36,17	158,88
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,62	2,10	0,84	15,42	78,60
2008		ФРУКТ ПО СЕЗОНУ	100	18,91	0,80	0,20	7,49	37,96
Итого				**65,98**	**25,50**	**26,09**	**83,65**	**674,10**
ЗАВТРАК начальной школы 11:00								
2011	219	ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	170/30	30,19	20,10	23,99	12,41	346,07
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/12/7	3,38	0,23	0,00	12,30	50,83
2011	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30/30	9,67	2,21	0,84	36,17	158,88
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,62	2,10	0,84	15,42	78,60
2008		ФРУКТ ПО СЕЗОНУ	100	18,91	0,80	0,20	7,49	37,96
Итого				**65,77**	**25,44**	**25,87**	**83,79**	**672,34**

Шеф-повар _____ Микулина И.А.

Утверждаю

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

МЕНЮ

19 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								
2011	219	ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	170/30	30,57	19,90	24,32	12,87	350,19
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/12/7	3,33	0,23	0,00	11,61	48,06
2011	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30/30	9,67	2,35	0,87	36,17	158,88
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,62	2,25	0,87	15,42	78,60
2008		ФРУКТ ПО СЕЗОНУ	100	19,01	0,80	0,20	7,53	38,16
Итого				**66,20**	**25,53**	**26,26**	**83,60**	**673,89**
Завтрак 11:00								
2011	219	ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	170/30	30,49	20,28	24,29	12,56	350,26
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/12/7	3,35	0,23	0,00	12,16	50,24
2011	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30/30	9,67	2,35	0,87	36,17	158,88
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,62	2,25	0,87	15,42	78,60
2008		ФРУКТ ПО СЕЗОНУ	100	18,91	0,80	0,20	7,49	37,96
Итого				**66,04**	**25,91**	**26,23**	**83,80**	**675,94**
Обед 12:45								
2010	7	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ	250/10	8,68	1,85	7,07	8,26	104,93
2010	74	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	10,39	6,76	6,72	30,56	209,39
2010	55	ГУЛЯШ	50/75	55,73	13,59	15,48	4,47	211,68
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД С ВИТАМИНОМ С	200	6,90	0,26	0,00	23,43	93,71
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				**87,55**	**26,69**	**30,50**	**94,02**	**757,71**

Шеф-повар _____ Микулина И.А.