

Утверждаю



Директор

МОУ Ивановская СОШ

/Божков Ф.Н./

МЕНЮ

20 апреля 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	22,60	5,51	8,67	21,03	184,92
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/12/7	6,41	0,23	0,00	12,17	50,43
2011	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30/30	9,37	2,35	0,87	36,17	158,88
2008		ФРУКТ ПО СЕЗОНУ	101	29,00	0,81	0,20	7,55	38,24
Итого				67,38	8,90	9,74	76,92	432,47
Завтрак 11:00								
2011	202	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	10,57	6,75	4,81	43,13	242,83
2010	59	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	100	25,74	11,65	25,06	19,48	350,14
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/12/7	6,11	0,23	0,00	12,16	50,24
2008		ВЫПЕЧНОЕ ИЗДЕЛИЕ В ПРОМЫШЛЕННОЙ УПАКОВКЕ	60	18,88	4,42	3,08	31,25	171,11
2008		ФРУКТ ПО СЕЗОНУ	100	28,78	0,80	0,20	7,49	37,96
Итого				90,09	23,85	33,15	113,51	852,28
Обед 12:45								
2010	7	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ	250/10	12,74	1,85	7,16	8,28	105,90
2011	202	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	10,57	6,75	4,81	43,13	242,83
2010	59	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	100	25,70	11,62	24,95	19,53	349,15
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД С ВИТАМИНОМ С	200	7,21	0,26	0,00	23,43	93,71
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,97	1,98	0,36	11,88	59,40
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,29	2,25	0,87	15,42	78,60
Итого				61,49	24,71	38,15	121,67	929,59

Шеф-повар

Микулина И.А.