

Утверждаю

Директор

МОУ Ивановская СОШ

Убойков Ф.Н./



МЕНЮ

22 апреля 2026 г.

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК начальной школы 9:20								
2010	14	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200/5	22,61	6,23	8,23	24,11	196,58
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	5,29	0,23	0,00	12,02	49,68
2008	17	СВЕЖИЙ ФРУКТ	100	13,64	0,40	0,40	9,81	47,04
Итого				67,60	12,18	12,34	83,53	499,10
ЗАВТРАК начальной школы 11:00								
2010	24	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	190	18,15	0,87	12,29	30,08	264,51
2011	227	РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ	100	43,98	15,80	8,38	2,32	154,89
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ ПОРЦИОННО	40	8,72	0,32	0,04	0,68	5,22
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/12/7	5,28	0,23	0,00	12,07	49,92
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,03	1,98	0,36	11,88	59,40
2008		ВЫПЕЧНОЕ ИЗДЕЛИЕ В ПРОМЫШЛЕННОЙ УПАКОВКЕ	70	26,05	5,16	3,60	36,46	199,63
Итого				104,20	24,36	24,67	93,49	733,57

Шеф-повар _____

Микулина И.А.

МЕНЮ

22 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	14	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200/5	22,33	6,24	8,09	24,24	195,77
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	5,30	0,23	0,00	12,16	50,24
2008	17	СВЕЖИЙ ФРУКТ	100	13,63	0,40	0,40	9,80	46,99
Итого				67,31	12,19	12,20	83,79	498,80
Завтрак 11:00								
2010	24	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	190	17,14	4,00	13,95	30,05	262,78
2011	227	РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ	100	43,86	15,78	8,99	2,28	153,45
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ ПОРЦИОННО	40	8,39	0,32	0,04	0,68	5,21
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/12/7	5,30	0,23	0,00	12,16	50,24
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,03	1,98	0,36	11,88	59,40
2008		ВЫПЕЧНОЕ ИЗДЕЛИЕ В ПРОМЫШЛЕННОЙ УПАКОВКЕ	70	26,05	5,16	3,60	36,46	199,63
Итого				102,76	27,47	26,94	93,51	730,71
Обед 12:45								
2011	103	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	8,83	2,80	2,85	20,17	117,74
2010	24	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	190	17,15	3,99	14,05	30,06	263,64
2011	227	РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ	100	43,85	15,78	9,01	2,32	153,80
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ ПОРЦИОННО	40	8,37	0,32	0,04	0,68	5,20
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	9,25	0,14	0,02	23,70	98,17
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				92,77	27,26	27,20	104,23	776,55

Шеф-повар

Микулина И.А.