

Согласовано

директор школы

МОУ Ченцевская СШ

*Копрова* /Копрова

## МЕНЮ (7-11 ЛЕТ)

10 марта 2025 г.

### Завтрак

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>								
2011	223	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	210	65,19	32	24	39	509
2008	431	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	1,31	0	0	0	2
2008		ЯБЛОКО	110	16,50	0	0	10	47
<b>Итого</b>			<b>500</b>	<b>83,00</b>	<b>32</b>	<b>24</b>	<b>49</b>	<b>558</b>

Согласовано

директор школы  
МОУ Ченцевская СШ  
*Копрова* /Копрова

**МЕНЮ(12-18ЛЕТ)**

**10 марта 2025 г.**

**Завтрак**

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>								
2011	223	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	210	65,19	32	24	39	509
2008	431	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	1,31	0	0	0	2
2008		ЯБЛОКО	110	16,50	0	0	10	47
<b>Итого</b>			<b>500</b>	<b>83,00</b>	<b>32</b>	<b>24</b>	<b>49</b>	<b>558</b>

**Обед**

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Обед</b>								
2008	110	БОРЩ	250	29,09	8	7,36	14,8	157
2011	309	РЫБА ТУШЕНАЯ в томате с овощами	80	34,87	12	4	5	101
2011	335	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	185	13,92	3	4	23,72	184
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,31	2	0,3	12	59
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,81	0	0	18,1	73
<b>Итого</b>				<b>83,00</b>	<b>25</b>	<b>15,66</b>	<b>73,62</b>	<b>574</b>