

Согласовано

директор школы
МОУ Ченцевская СШ
Копрова /Копрова Е.Н./

МЕНЮ(7-11 ЛЕТ)
18 октября 2024 г.

Завтрак

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак								
2011	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С КОНСЕРВИРОВАННЫМ ГОРОШКОМ	200	49,10	14	20	4	242
2008		БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	35	1,90	4	2	26	131
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	3,00	0	0	14	58
2008		ЙОГУРТ	100	25,00	2	8	64	48
Итого			515	79,00	20	30	108	479

Согласовано

директор школы
МОУ Ченцевская СШ

Копрова /Копрова Е.Н./

МЕНЮ(12-18 лет)

18 октября 2024 г.

Завтрак

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2011	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С КОНСЕРВИРОВАННЫМ ГОРОШКОМ	200	49,10	14	20	4	242
2008		БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	35	1,90	4	2	26	131
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	3,00	0	0	14	58
2008		ЙОГУРТ	110	25,00	2	8	64	48
Итого			525	79,00	20	30	108	479

Обед

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	6,46	0,4	0,1	1,3	8
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	200	11,26	12	15	27,1	181
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	200	11,43	3,2	5	22	146
2008	233	РЫБА ЖАРЕНАЯ	75	37,00	11,3	8,5	6,4	147
2011	349	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	4,95	0,4	0,1	32,1	131
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,88	2,2	0,4	13,1	66
Итого				78,98	29,5	29,1	102	679