

Согласовано

директор школы

МОУ Ченцевская СШ

/Копрова Е.Н./



## МЕНЮ (7-11 лет)

31 января 2024 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	233	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С РЫБНОЙ КОТЛЕТОЙ	260	41,85	15	10	26	239
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	1,30	3	0	21	102
2011	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	17,00	1	0	20	92
2008		БАНАН	150	14,85	2	0	32	144
<b>Итого</b>			<b>645</b>	<b>75,00</b>	<b>21</b>	<b>10</b>	<b>624</b>	<b>577</b>

Согласовано



директор школы

МОУ Ченцевская СШ

/Копрова Е.Н./

**МЕНЮ (12-18 лет)**

31 января 2024 г.

**Завтрак**

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>								
2011	233	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С РЫБНОЙ КОТЛЕТОЙ	270	42,85	15	10	26	239
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	1,30	3	0	21	102
2011	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	17,00	1	0	20	92
2008		БАНАН	150	14,85	2	0	32	144
<b>Итого</b>			<b>645</b>	<b>76,00</b>	<b>21</b>	<b>10</b>	<b>624</b>	<b>577</b>

**Обед**

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Обед</b>								
2008		ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	220	15,00	0,5	0,1	1,9	102
2011	268	БИТОЧЕК МЯСНОЙ	90	31,83	15,2	51,3	11,7	268
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	100	9,06	1,8	19,5	19,5	261
2008	323	ГРЕЧА ОТВАРНАЯ	160	7,16	7,3	1,9	32,9	178
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	1,99	2,3	0,4	13,9	69
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	200	17,00	0	0,0	17	86
<b>Итого</b>				<b>82,04</b>	<b>28,1</b>	<b>73,4</b>	<b>99,7</b>	<b>974</b>
<b>Всего</b>				<b>82,04</b>	<b>28,1</b>	<b>73,4</b>	<b>99,7</b>	<b>974</b>