

Согласовано



директор школы
МОУ Ценцевская СШ
Копрова Е.Н./

МЕНЮ(7-11ЛЕТ)

3 марта 2025 г.

Завтрак

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2008	289	РИС ОТВАРНОЙ С МЯСНЫМ БИТОЧКОМ	240	54,34	21	26	38	448
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	1,30	3	0	21	102
2008		СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	20,00	1	0	20	86
		БУЛОЧКА «ВЕСНУШКА»	50	7,36	4	3	27	152
Итого			525	83,00	29	29	106	788

Завтрак

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак								
2008	289	РИС ОТВАРНОЙ С МЯСНЫМ БИТОЧКОМ	240	54,34	21	26	38	448
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	1,30	3	0	21	102
2008		СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	20,00	1	0	20	86
		БУЛОЧКА «ВЕСНУШКА»	50	7,36	4	3	27	152
Итого			525	83,00	29	29	106	788

Согласовано

директор школы

МОУ Ченцевская СШ
/Копрова Е.Н./



МЕНЮ(12-18 ЛЕТ)

3 марта 2025 г.

Завтрак

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2008	289	РИС ОТВАРНОЙ С МЯСНЫМ БИТОЧКОМ	250	54,34	21	26	38	448
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	1,30	3	0	21	102
2008		СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	20,00	1	0	20	86
		БУЛОЧКА «ВЕСНУШКА»	50	7,36	4	3	27	152
Итого			525	83,00	29	29	106	788

Обед

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед								
2008	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ СО СМЕТАНОЙ	250	32,82	9,2	25	22,8	243
2011	399	ОЛАДЫ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	180	28,16	14,1	20,5	78,5	555
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	1,75	2	0,4	12,2	61
2008	431	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,89	0,2		0,4	2
2008		БАНАН	190	20,46	2,3	0,8	32,3	148
Итого				84,08	27,8	46,7	146,2	1009
Всего				84,08	27,8	46,7	146,2	1009