

Согласовано



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

## МЕНЮ(7-11ЛЕТ)

5 октября 2023 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	
<b>Завтрак</b>								
2008	323	РИС ОТВАРНОЙ С КУРИНОЙ КОТЛЕТОЙ	265	49,34	20,6	23,9	51,9	513
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	1,71	1,4	0,3	8,7	43
2008	442	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	3,00	1	0,2	19,8	86
		ВАФЛИ	38	17,50	2	2	15	83
<b>Итого</b>			<b>543</b>	<b>71,55</b>	<b>24,6</b>	<b>26,4</b>	<b>95,4</b>	<b>725</b>

Согласовано



директор школы  
МОУ Ченцевская СШ  
Копрова Е.Н./

**МЕНЮ(12-18 ЛЕТ)**  
**5 октября 2023 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>								
2008	323	РИС ОТВАРНОЙ С КУРИНОЙ КОТЛЕТОЙ	285	49,34	20,6	23,9	51,9	513
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	1,71	1,4	0,3	8,7	43
2008	442	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	3,00	1	0,2	19,8	86
		ВАФЛИ	38	17,50	2	2	15	83
<b>Итого</b>			<b>543</b>	<b>71,55</b>	<b>24,6</b>	<b>26,4</b>	<b>95,4</b>	<b>725</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	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ СО СМЕТАНОЙ	250	30,82	9,2	25	22,8	243
2011	399	БЛИНЧИКИ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	180	26,16	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	18,46	2,3	0,8	32,3	148
<b>Итого</b>				<b>78,08</b>	<b>27,8</b>	<b>46,7</b>	<b>146,2</b>	<b>1009</b>
<b>Всего</b>				<b>78,08</b>	<b>27,8</b>	<b>46,7</b>	<b>146,2</b>	<b>1009</b>