

Согласовано



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

МЕНЮ(7-11ЛЕТ)

15 января 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								
2008	289	РИС ОТВАРНОЙ С МЯСНЫМ БИТОЧКОМ	240	49,34	21	26	38	448
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	1,71	3	0	21	102
2008		СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	17,00	1	0	20	86
		БУЛОЧКА «ВЕСНУШКА»	50	7,36	4	3	27	152
Итого			525	75,00	29	29	106	788



МЕНЮ(12-18 ЛЕТ)
15 января 2024 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	250	51,34	21	26	38	448
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	1,71	3	0	21	102
2008		СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	17,00	1	0	20	86
		БУЛОЧКА «ВЕСНУШКА»	50	7,36	4	3	27	152
Итого			525	77,00	29	29	106	788

Обед

Сборник рецептов	№ 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	30,82	9,2	25	22,8	243
2011	399	ОЛАДЬИ 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
Итого				78,08	27,8	46,7	146,2	1009
Всего				78,08	27,8	46,7	146,2	1009