

Согласовано

директор школы  
МОУ Ченцевская СШ  
Копрова Е.Н./

**МЕНЮ (7-11 лет)**  
**15 сентября 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>								
2011	246	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	100	46,73	16	17	6	235
2011	203	РИС ОТВАРНОЙ	185	10,61	7	4	44	239
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,71	2	0	14	68
2011	349	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	3,00	0	0	17	71
2008		ЯБЛОКО	200	17,50	2	2	15	83
<b>Итого</b>			<b>650</b>	<b>79,55</b>	<b>27</b>	<b>23</b>	<b>96</b>	<b>696</b>

Согласовано

директор школы

МОУ Ченцевская СШ

/Копрова Е.Н./

**МЕНЮ(12-18 лет)**  
15 сентября 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>								
2011	246	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	100	46,73	16	17	6	235
2011	203	РИС ОТВАРНОЙ	195	10,61	7	4	44	239
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,71	2	0	14	68
2011	349	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	3,00	0	0	17	71
2008		ЯБЛОКО	200	17,50	2	2	15	83
<b>Итого</b>			<b>650</b>	<b>79,55</b>	<b>27</b>	<b>23</b>	<b>96</b>	<b>696</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		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	6,46	0,4	0,1	1,3	8
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	250	16,54	5,1	2,5	14,4	101
2011	265	ПЛОВ	180	37,67	16,5	21	35,9	398
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,97	2,3	0,4	13,7	69
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	17,00	1	0,2	19,8	86
<b>Итого</b>				<b>79,64</b>	<b>25,3</b>	<b>24,2</b>	<b>85,1</b>	<b>662</b>
<b>Всего</b>				<b>79,64</b>	<b>25,3</b>	<b>24,2</b>	<b>85,1</b>	<b>662</b>