

Согласовано



директор школы

МОУ Ченцевская СШ

/Копрова Е.Н./

МЕНЮ(7-11 ЛЕТ)

24 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 | | | | | | | | |
| 2011 | 214 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С КОНСЕРВИРОВАННЫМ ГОРОШКОМ | 200 | 46,70 | 14 | 20 | 4 | 242 |
| 2008 | | БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ | 35 | 1,30 | 4 | 2 | 26 | 131 |
| 2008 | 431 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 180 | 3,00 | 0 | 0 | 14 | 58 |
| 2008 | | ЙОГУРТ | 100 | 24,00 | 2 | 8 | 64 | 48 |
| Итого | | | 515 | 75,00 | 20 | 30 | 108 | 479 |

Согласовано



директор школы

МОУ Ченцевская СШ

/Копрова Е.Н./

МЕНЮ(12-18 лет)

24 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 | | | | | | | | |
| 2011 | 214 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С КОНСЕРВИРОВАННЫМ ГОРОШКОМ | 200 | 46,70 | 14 | 20 | 4 | 242 |
| 2008 | | БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ | 35 | 1,30 | 4 | 2 | 26 | 131 |
| 2008 | 431 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 180 | 3,00 | 0 | 0 | 14 | 58 |
| 2008 | | ЙОГУРТ | 110 | 24,00 | 2 | 8 | 64 | 48 |
| Итого | | | 525 | 75,00 | 20 | 30 | 108 | 479 |

Обед

| Сборник рецептов | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Цена, руб. | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------|---------------|----------------------------|-------|--------------|-------------------|-------------|-------------|-------------------------------|
| | | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | 30 | 6,46 | 0,4 | 0,1 | 1,3 | 8 |
| 2008 | 92 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ | 200 | 16,26 | 12 | 15 | 27,1 | 181 |
| 2008 | 335 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 200 | 11,43 | 3,2 | 5 | 22 | 146 |
| 2008 | 233 | РЫБА ЖАРЕНАЯ | 75 | 36,00 | 11,3 | 8,5 | 6,4 | 147 |
| 2011 | 349 | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА | 200 | 4,95 | 0,4 | 0,1 | 32,1 | 131 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 1,88 | 2,2 | 0,4 | 13,1 | 66 |
| Итого | | | | 76,98 | 29,5 | 29,1 | 102 | 679 |