

Утверждаю

и. о. директора школы
МБОУ СОШ с Бошняково им. Дорошенкова Павла Ивановича

/Прокошина Е.Е./

МЕНЮ
22 июня 2022 г.



Сборник рецеп	№ техн. карт	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
завтрак								
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	60	13,33	0,5	1	1,1	14
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	205	69,69	9,6	24,5	3,2	271
2011	378	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	15,11	3	2,4	19,7	113
		БУЛОЧКА К ЗАВТРАКУ	50	9,46	2,9	1,5	12,3	73
2011	14	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	9,50	0,1	8,3	0,1	75
		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	150	39,00	0,5	0,5	12,5	60
обед								
2008	22	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	100	29,44	1	6,2	3,6	77
2011	88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, МЯСОМ ПТИЦЫ СМЕТАНОЙ	250	41,34	8,9	14,8	9,3	214
2012	254	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ	120	78,40	22,7	11,4	1,4	201
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	27,20	3,2	5,1	21,5	145
		СОК НАТУРАЛЬНЫЙ ФРУКТОВЫЙ ПРОМ, ПР- ВА 200г	200	60,00	1	0,2	19,6	83
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	6,03	4,5	0,6	29,1	139
Итого				398,49	57,9	76,5	133,4	1465

повар 4 разряда

Молокова

Молокова Людмила Николаевна