

Утверждаю

директор школы  
МБОУ СОШ с Бошняково им. Дорошенкова Павла Ивановича  
Смоляр М.А./

**МЕНЮ**  
13 января 2025 г.

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>овз 1-4 завтрак</b>								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	110	66,55	5,3	25,5	2	259
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	6,40	0,3		15,2	62
		БАТОН	40	5,60	2,9	1	19,6	99
<b>Итого</b>				<b>78,55</b>	<b>8,5</b>	<b>26,5</b>	<b>36,8</b>	<b>420</b>
<b>овз 1-4 обед</b>								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	10,42	0,2		0,5	4
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	22,50	4,3	25,6	7,2	278
2011	295	КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ	120	50,97	26,9	16,3	44,9	437
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	12,25	3,1	6,1	19,1	165
	430	ЧАЙ ФРУКТОВЫЙ	195	6,60	0,3		14,7	57
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	5,94	2,3	0,3	14,5	70
<b>Итого</b>				<b>108,67</b>	<b>37,1</b>	<b>48,3</b>	<b>100,9</b>	<b>1011</b>
<b>5-11 классы овз завтрак</b>								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	105	63,68	5,1	20,5	1,7	212
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	5,81	0,2		16	66
		БАТОН	40	5,60	2,9	1	19,6	99
2011	338	ГРУША	101	42,56	0,3	0,2	7,5	34
<b>Итого</b>				<b>117,65</b>	<b>8,5</b>	<b>21,7</b>	<b>44,8</b>	<b>411</b>
<b>5-11 классы овз обед</b>								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	90	31,25	0,7	0,1	1,5	12
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	37,65	9,8	27,3	7,3	319
2011	295	КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ	95	41,50	19	11,6	31,7	309
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	14,97	3,1	6,1	19,1	165
		СОК НАТУРАЛЬНЫЙ ФРУКТОВЫЙ	200	28,00	0,6	0,4	31,6	136
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	5,94	2,3	0,3	14,5	70
<b>Итого</b>				<b>159,32</b>	<b>35,5</b>	<b>45,8</b>	<b>105,7</b>	<b>1011</b>
<b>завтрак тжс</b>								
2011	295	КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ	85	38,31	16,8	10,3	28,1	274
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	12,17	3,1	6,1	19,1	165
	430	ЧАЙ ФРУКТОВЫЙ	185	5,97	0,2		12,6	49
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	5,94	2,3	0,3	14,5	70
2011	338	ГРУША	80	33,88	0,3	0,2	7,5	34
<b>Итого</b>				<b>96,27</b>	<b>22,7</b>	<b>16,9</b>	<b>81,8</b>	<b>592</b>
<b>завтрак 1-4 соц.защита</b>								
2011	295	КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ	90	40,00	17,8	10,8	34,5	291
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	12,11	3,1	6,1	19,1	165
	430	ЧАЙ ФРУКТОВЫЙ	175	5,49	0,2		11	61
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	5,94	2,3	0,3	14,5	70
<b>Итого</b>				<b>63,54</b>	<b>23,6</b>	<b>17,2</b>	<b>79,1</b>	<b>587</b>
<b>завтрак иные 5-11</b>								
2011	295	КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ	90	40,19	17,9	10,9	29,9	291
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	14,85	3,1	6,1	19,1	165
	430	ЧАЙ ФРУКТОВЫЙ	200	5,84	0,3		15,6	61
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	5,94	2,3	0,3	14,5	70
<b>Итого</b>				<b>66,82</b>	<b>23,6</b>	<b>17,3</b>	<b>79,1</b>	<b>587</b>
<b>гпд</b>								
2008		ВАФЛИ	31	18,46	0,9	1	23,8	109
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,85	0,2		15,3	62
<b>Итого</b>				<b>21,31</b>	<b>1,1</b>	<b>1</b>	<b>39,1</b>	<b>171</b>

повар 4 разряда

*Молокова*

Молокова Людмила Николаевна