

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
14 января 2025 г.

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>овз 1-4 завтрак</b>								
2008	210	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	185	41,79	9,8	14	40,6	327
2011	377	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,80	0,2		10,1	41
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	90	35,70	2,4	18,1	15,4	234
<b>Итого</b>				<b>80,29</b>	<b>12,4</b>	<b>32,1</b>	<b>66,1</b>	<b>602</b>
<b>овз 1-4 обед</b>								
2012	31	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	55	12,52	1,9	2,5	4,5	48
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	250	34,68	7	14,2	19,6	235
2011	278	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ ,СОУСОМ	140	40,37	28,9	18	25	392
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	145	11,34	4,9	4	23,4	149
		ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,80	0,2		15	61
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	6,66	4,5	0,6	29,1	139
<b>Итого</b>				<b>108,36</b>	<b>47,4</b>	<b>39,3</b>	<b>116,6</b>	<b>1024</b>
<b>5-11 классы овз завтрак</b>								
2008	210	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	240	62,24	13,9	18,1	47,3	408
2011	377	ЧАЙ С САХАРОМ	200	3,45	0,2		19,8	80
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	90	35,70	2,4	18,1	15,4	234
<b>Итого</b>				<b>101,39</b>	<b>16,5</b>	<b>36,2</b>	<b>82,5</b>	<b>722</b>
<b>5-11 классы овз обед</b>								
2012	31	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	105	31,15	4,8	6,2	8,1	108
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	250	36,16	8,4	18	19,6	275
2011	278	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ ,СОУСОМ	135	40,06	23	14,3	19,9	312
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	155	12,53	6,2	5,1	29,8	190
		СОК НАТУРАЛЬНЫЙ ФРУКТОВЫЙ	200	29,00	0,6	0,4	31,6	136
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	6,65	4,5	0,6	29,1	139
<b>Итого</b>				<b>155,56</b>	<b>47,5</b>	<b>44,6</b>	<b>138,1</b>	<b>1160</b>
<b>завтрак тжс</b>								
2012	31	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	70	30,03	4,5	5,9	4,9	91
2011	278	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ ,СОУСОМ	130	35,71	21,2	13,2	18,4	288
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	155	13,99	5,9	4,8	28,1	179
		ЧАЙ С САХАРОМ	140	2,15	0,2		10,1	41
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,33	2,3	0,3	14,6	70
<b>Итого</b>				<b>85,20</b>	<b>34,1</b>	<b>24,2</b>	<b>76,1</b>	<b>669</b>
<b>завтрак 1-4 соц.защита</b>								
2011	278	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ ,СОУСОМ	130	36,06	15,2	13,2	18,4	288
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	11,42	5,5	4,5	26,5	168
	377	ЧАЙ С САХАРОМ	205	2,82	0,2		15	61
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,33	2,3	0,3	14,6	70
<b>Итого</b>				<b>53,63</b>	<b>23,2</b>	<b>18</b>	<b>74,5</b>	<b>587</b>
<b>завтрак иные 5-11</b>								
2011	278	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ ,СОУСОМ	130	36,25	21,2	13,2	18,4	288
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	11,44	5,5	4,5	26,5	168
		ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,80	0,2		15	61
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,33	2,3	0,3	14,6	70
<b>Итого</b>				<b>53,81</b>	<b>29,2</b>	<b>18</b>	<b>74,5</b>	<b>587</b>
<b>гпд</b>								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	18,46	2,3	3	22,9	128
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,25	0,2		10,8	44
<b>Итого</b>				<b>20,71</b>	<b>2,5</b>	<b>3</b>	<b>33,7</b>	<b>172</b>

повар 4 разряда

*Молокова*

Молокова Людмила Николаевна