

Утверждаю

директор школы

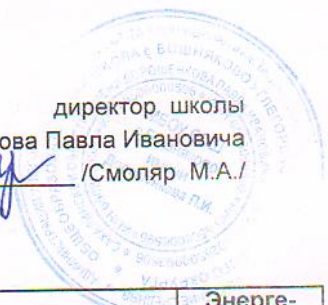
МБОУ СОШ с Бошняково им. Дорошенкова Павла Ивановича

Молокова

/Смоляр М.А./

МЕНЮ

22 января 2025 г.



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
овз 1-4 завтрак								
2008	210	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	185	41,04	9,8	13,6	40,6	323
2011	377	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,80	0,2		15	61
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	85	33,45	2,4	16,9	15,4	223
Итого				77,29	12,4	30,5	71	607
овз 1-4 обед								
2011	52	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	60	8,63	0,9	3,7	5,1	57
2012	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250	46,40	6,6	4	16,7	129
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	220	54,51	17,7	18,2	15,2	401
		ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,80	0,2		15	61
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	6,66	4,5	0,6	29,1	139
Итого				119,00	29,9	26,5	81,1	787
5-11 классы овз завтрак								
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
Итого				101,39	16,5	36,2	82,5	722
5-11 классы овз обед								
2011	52	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	60	8,45	0,9	3,7	4,9	56
2012	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250	63,53	9,2	4	16,5	139
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	220	55,06	17,7	18,2	15,2	401
		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
Итого				162,69	32,9	26,9	97,3	871
завтрак тжс								
2011	52	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	60	8,46	0,9	4	4,9	59
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	245	61,18	19,7	20,2	16,9	445
		ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,80	0,2		15	61
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,33	2,3	0,3	14,6	70
Итого				75,76	23,1	24,5	51,4	635
завтрак 1-4 соц.защита								
2011	52	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	50	6,97	3,1	11,7	14,7	74
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	210	53,44	16,8	17,3	14,4	381
		ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,80	0,2		15	61
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,33	2,3	0,3	14,6	70
Итого				66,54	22,4	29,3	58,7	586
завтрак иные 5-11								
2011	52	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	60	8,41	0,9	3,7	4,9	56
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	220	54,44	17,7	18,2	15,2	401
		ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,80	0,2		15	61
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,33	2,3	0,3	14,6	70
Итого				68,98	21,1	22,2	49,7	588
гпд								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	31	18,46	2,3	3	22,9	128
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,85	0,2		15,3	62
Итого				21,31	2,5	3	38,2	190

повар 4 разряда

Молокова

Молокова Людмила Николаевна