

Утверждаю

МБОУ СОШ с Бошняково им. Дорошенкова Павла Ивановича

директор школы

Смоляр М.А.



МЕНЮ
29 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	184	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	250	29.60	9,2	10,4	43,6	310
2011	378	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	20.05	3	3,3	31,6	168
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	65	30.45	5,3	8,4	14,7	156
Итого				80.09	17,5	22,1	89,9	634
овз 1-4 обед								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	8.41	0,8	6,1	4	52
2011	119	СУП С БОБОВЫМИ	250	37.09	14,5	28,1	18,4	385
2008	304	ПЛОВ С МЯСОМ	220	48.66	21	19	32,2	404
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	6.40	0,3		15,2	62
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3.33	2,3	0,3	14,6	70
Итого				103.88	38,9	53,5	84,4	973
5-11 классы овз завтрак								
2008	184	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	250	30.05	9,2	10,7	43,6	312
2011	378	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	20.30	3	3,3	33,5	176
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	85	49.50	8,3	12,1	14,7	202
Итого				99.85	20,5	26,1	91,8	690
5-11 классы овз обед								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	8.60	1,1	8,1	5,3	69
2011	119	СУП С БОБОВЫМИ	250	62.14	23,9	52,3	18,6	641
2008	304	ПЛОВ С МЯСОМ	235	53.55	26,1	23,6	40	501
		СОК НАТУРАЛЬНЫЙ ФРУКТОВЫЙ	200	29.00	0,6	0,4	31,6	136
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3.33	2,3	0,3	14,6	70
Итого				156.61	54	84,7	110,1	1417
завтрак тжс								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	75	9.70	1	7,6	5	65
2008	304	ПЛОВ С МЯСОМ	250	54.93	27,3	24,7	41,9	524
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	7.11	0,3		15,5	65
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3.33	2,3	0,3	14,6	70
Итого				75.07	30,9	32,6	77	724
завтрак 1-4 соц.защита								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	8.54	0,8	6,1	4	52
2008	304	ПЛОВ С МЯСОМ	210	45.16	20	18,1	30,6	383
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	5.48	0,2		14,6	60
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	3.18	2,1	0,3	13,9	66
Итого				62.36	23,1	24,5	63,1	561
завтрак иные 5-11								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	8.52	0,8	6,1	4	52
2008	304	ПЛОВ С МЯСОМ	240	50.21	24,5	22,2	37,6	471
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	5.68	0,2		15,1	63
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3.33	2,3	0,3	14,6	70
Итого				67.73	27,8	28,6	71,3	656
гпд								
2008	2	БУТЕРБРОД С ВАРеной СГУЩЕНКОЙ	70	18.68	4,9	3,4	35,3	192
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2.25	0,2		10,8	44
Итого				20.93	5,1	3,4	46,1	236

повар 4 разряда

Молокова

Молокова Людмила Николаевна