

Утверждаю

МБОУ СОШ с Бошняково им. Дорошенкова Павла Ивановича

директор школы

Смоляков В.А.



**МЕНЮ**  
30 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	184	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	250	21,75	6,5	6,8	35,4	232
2011	383	ЧАЙ С САХАРОМ	160	14,92	2,3	2,5	21,5	117
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	105	40,65	6,6	11,5	17,3	200
<b>Итого</b>				<b>77,32</b>	<b>15,4</b>	<b>20,8</b>	<b>74,2</b>	<b>549</b>
<b>овз 1-4 обед</b>								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	8,59	0,8	6,1	4	52
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	35,42	6,8	16	14,5	233
2008	257	МЯСО ТУШЕНОЕ, СОУСОМ	90	41,23	11	13,5	3	177
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	12,85	8,4	4,6	38,2	228
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	6,40	0,3		15,2	62
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	6,66	4,5	0,6	29,1	139
<b>Итого</b>				<b>111,14</b>	<b>31,8</b>	<b>40,8</b>	<b>104</b>	<b>891</b>
<b>5-11 классы овз завтрак</b>								
2008	184	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	250	20,65	6,7	5,9	35,7	227
2011	383	ЧАЙ С САХАРОМ	155	14,28	2,2	2,5	20,3	112
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	95	36,74	6,7	9,2	17,7	182
2008		АПЕЛЬСИН	67	38,00	0,6	0,1	5,4	29
<b>Итого</b>				<b>109,67</b>	<b>16,2</b>	<b>17,7</b>	<b>79,1</b>	<b>550</b>
<b>5-11 классы овз обед</b>								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	8,72	0,8	6,1	4	52
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	39,93	7,2	18,1	17,6	266
2008	257	МЯСО ТУШЕНОЕ, СОУСОМ	90	40,78	10,8	13,9	3	180
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	15,85	8,4	6,2	38,2	242
		СОК НАТУРАЛЬНЫЙ ФРУКТОВЫЙ	250	36,25	0,8	0,5	39,6	170
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	6,65	4,5	0,6	29,1	139
<b>Итого</b>				<b>148,18</b>	<b>32,5</b>	<b>45,4</b>	<b>131,5</b>	<b>1049</b>
<b>завтрак тжс</b>								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	110	16,08	1,5	11,2	7,3	95
2008	257	МЯСО ТУШЕНОЕ, СОУСОМ	95	44,32	11,8	15,7	2,9	201
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	15,53	3,5	4,9	37,3	208
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	7,18	0,3		15,5	65
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,33	2,3	0,3	14,6	70
<b>Итого</b>				<b>86,44</b>	<b>19,4</b>	<b>32,1</b>	<b>77,6</b>	<b>639</b>
<b>завтрак 1-4 соц.защита</b>								
2008	256	МЯСО ТУШЕНОЕ, СОУСОМ	120	40,88	10,9	18,1	9,7	266
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	10,75	8,1	3,9	31,2	188
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	5,80	0,2		15,2	63
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,33	2,3	0,3	14,6	70
<b>Итого</b>				<b>60,76</b>	<b>21,5</b>	<b>22,3</b>	<b>70,7</b>	<b>587</b>
<b>завтрак иные 5-11</b>								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	8,68	0,8	6,1	4	52
2008	257	МЯСО ТУШЕНОЕ, СОУСОМ	90	40,78	10,9	14	2,9	181
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	13,00	8,4	4,7	38,2	229
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	5,06	0,2		15,1	62
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,33	2,3	0,3	14,6	70
<b>Итого</b>				<b>70,84</b>	<b>22,6</b>	<b>25,1</b>	<b>74,8</b>	<b>594</b>
<b>гпд</b>								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	36	21,55	2,7	3,5	26,7	150
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,85	0,2		15,3	62
<b>Итого</b>				<b>24,40</b>	<b>2,9</b>	<b>3,5</b>	<b>42</b>	<b>212</b>

повар 4 разряда

*Молокова*

Молокова Людмила Николаевна