

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

МЕНЮ
 7 февраля 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								
2011	121	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	250	19.87	5,4	5,4	18,9	152
2011	383	ЧАЙ С САХАРОМ	40	4.05	0,8		6,5	29
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	95	26.00	5	7,4	19,6	167
2011	338	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	79	30.60	0,4	0,4	9,8	44
Итого				80.52	11,6	13,2	54,8	392
овз 1-4 обед								
2012	31	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	90	21.93	3	3,1	7,7	71
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	250	30.95	5,4	9,6	19,6	186
2008	276	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ	90	37.08	7,7	26,1	10,8	308
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	140	9.31	3,7	3	17,6	112
2011	377	ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	200	6.40	0,3		15,2	62
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	6.65	4,5	0,6	29,1	139
Итого				112.31	24,6	42,4	100	878
5-11 классы овз завтрак								
2011	121	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	250	21.04	5,4	6	19,8	160
2011	383	ЧАЙ С САХАРОМ	35	3.92	0,8		5,5	25
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	115	41.74	7	11,8	19,7	214
2011	338	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	114	44.20	0,4	0,4	9,8	44
Итого				110.90	13,6	18,2	54,8	443
5-11 классы овз обед								
2012	31	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	95	26.66	3,7	5	7,7	91
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	250	38.87	8,4	18,1	19,6	276
2008	276	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ	95	41.12	8,5	30,8	11,1	355
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	155	12.48	6,6	5,4	31,6	201
		СОК НАТУРАЛЬНЫЙ ФРУКТОВЫЙ	200	28.97	0,6	0,4	31,6	136
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	6.65	4,5	0,6	29,1	139
Итого				154.76	32,3	60,3	130,7	1198
завтрак тжс								
2012	31	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	95	25.36	3,5	4,8	7,7	88
2008	276	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ	90	37.33	7,6	28,6	10,7	329
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	145	9.38	4,9	4	23,4	149
2011	377	ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	200	5.68	0,2		15,1	62
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	6.65	4,5	0,6	29,1	139
Итого				84.40	20,7	38	86	767
завтрак 1-4 соц.защита								
2008	276	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ	90	37.28	8,8	12,6	10,6	273,5
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	12.33	5,5	4,5	25,2	112,5
2011	377	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2.83	0,2		15,1	61
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	6.65	4,5	0,6	29,1	139
Итого				59.10	19	17,7	80	586
завтрак иные 5-11								
2008	276	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ	90	37.30	7,6	28,6	10,7	329
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	12.25	5,5	4,5	26,5	168
2011	377	ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	200	7.12	0,3		15,2	63
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	6.65	4,5	0,6	29,1	139
Итого				63.33	17,9	33,7	81,5	699
гпд								
2008	2	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	70	26.60	6,2	5,2	19,6	151
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2.85	0,2		15,3	62
Итого				29.45	6,4	5,2	34,9	213

повар 4 разряда

Молохова

Молокова Людмила Николаевна