



Утверждаю

директор школы

МБОУ СОШ с. Вешняковское им. Дорошенкова Павла
Дорошенкова П.И. Смоляр М.А./

МЕНЮ

11 февраля 2025 г.

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
овз 1-4 завтрак								
2008	184	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	250	29,20	13,3	7,5	67,7	398
2011	377	ЧАЙ С САХАРОМ	200	3,45	0,2		19,8	80
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	65	16,20	2,3	7,4	15,3	137
2011	338	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	88	34,00	0,4	0,4	9,8	44
Итого				82,85	16,2	15,3	112,6	659
овз 1-4 обед								
2012	31	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	60	14,18	1,9	2,5	4,9	49
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	250	34,28	6,9	14,2	19,3	233
2011	278	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ ,СОУСОМ	140	39,53	33,7	21	29,2	458
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	145	12,30	4,6	3,8	22	140
		ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,80	0,2		15	61
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	6,66	4,5	0,6	29,1	139
Итого				109,74	51,8	42,1	119,5	1080
5-11 классы овз завтрак								
2008	184	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	250	30,89	9	10,1	41,9	300
2011	377	ЧАЙ С САХАРОМ	200	3,45	0,2		19,8	80
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	90	35,50	2,4	18,1	15,4	234
2011	338	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	106	40,80	0,4	0,4	9,8	44
Итого				110,64	12	28,6	86,9	658
5-11 классы овз обед								
2012	31	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	100	25,92	3,5	4,6	8,1	88
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	250	46,68	11,5	26,4	19,3	361
2011	278	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ ,СОУСОМ	130	37,45	23	14,3	19,9	312
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				158,16	49,7	51,7	139,6	1237
завтрак тжс								
2012	31	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	65	20,85	3	4,2	4,9	69
2011	278	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ ,СОУСОМ	130	36,30	21,2	13,2	18,4	288
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	12,34	5,9	4,8	28,1	179
		ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,80	0,2		15	61
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,33	2,3	0,3	14,6	70
Итого				75,61	32,6	22,5	81	667
завтрак 1-4 соц.защита								
2011	278	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ ,СОУСОМ	130	36,20	15,2	13,2	18,4	288
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	12,66	5,5	4,5	26,4	168
		ЧАЙ С САХАРОМ	205	2,83	0,2		15,1	61
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,33	2,3	0,3	14,6	70
Итого				55,01	23,2	18	74,5	587
завтрак иные 5-11								
2011	278	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ ,СОУСОМ	135	38,45	23	14,3	19,9	312
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	12,25	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
Итого				56,82	31	19,1	76	611
гпд								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	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