



Утверждаю

директор школы

МБОУ СОШ с. Босняково им. Дорошенкова Павла Ивановича

Смоляр М.А./

МЕНЮ
5 марта 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	180	39,19	9,3	13,5	40,6	321
2011	377	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,80	0,2		15	61
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	90	36,45	2,4	18,5	15,4	238
Итого				78,44	11,9	32	71	620
овз 1-4 обед								
2012	31	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	9,30	0,8	10,1	4,9	113
2011	119	СУП С БОБОВЫМИ	250	23,32	9,3	14,9	17,8	242
2008	257	МЯСО ТУШЕНОЕ, СОУСОМ	50/50	44,96	8	35,4	3,2	365
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	140	28,47	2,9	3,7	19,6	124
		ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,80	0,2		15	61
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	6,66	4,5	0,6	29,1	139
Итого				115,50	25,7	64,7	89,6	1044
5-11 классы овз завтрак								
2008	210	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	230	54,14	13,8	13,8	47,2	369
2011	377	ЧАЙ С САХАРОМ	200	3,45	0,2		19,8	80
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	70	19,80	2,4	9,4	15,3	155
2011	338	ГРУША СВЕЖАЯ	90	38,00	0,4	0,3	10,3	47
Итого				115,39	16,8	23,5	92,6	651
5-11 классы овз обед								
2012	31	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	65	9,40	0,9	10,1	4,9	113
2011	119	СУП С БОБОВЫМИ	250	34,06	13,1	24,3	18,7	346
2008	257	МЯСО ТУШЕНОЕ, СОУСОМ	50/50	44,67	7,9	35	3,2	361
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	165	32,96	3,2	5,1	22,9	151
		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				156,74	30,2	75,5	110,4	1246
завтрак тжс								
2012	31	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	9,30	0,8	10,1	4,9	113
2008	257	МЯСО ТУШЕНОЕ, СОУСОМ	50/50	44,76	7,9	35,1	3,2	361
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	140	30,13	2,6	4,9	18,9	131
		ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,80	0,2		15	61
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,33	2,3	0,3	14,6	70
Итого				90,32	13,8	50,4	56,6	736
завтрак 1-4 соц.защита								
2011	52	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	60	6,85	0,7	2	4,2	85
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	220	53,74	19,2	27	25,1	371
		ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,77	0,2		14,8	61
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,33	2,3	0,3	14,6	69,6
Итого				66,69	22,4	29,3	58,7	586
завтрак иные 5-11								
2011	52	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	50	8,05	0,8	7,5	4,3	87
2008	257	МЯСО ТУШЕНОЕ, СОУСОМ	45/50	39,38	7	30,4	3	314
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	135	25,76	2,7	2,6	18,7	110
		ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,82	0,2		15	61
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,33	2,3	0,3	14,6	70
Итого				79,35	13	40,8	55,6	642
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