Утверждаю

директор школы

МБОУ СОШ с Бошняково им. Дорошенкова Павла Ивановича

_____/Смоляр М.А./

МЕНЮ

6 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	184	КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ	250	19,50	6,5	5,6	35,4	221
2011	383	ЧАЙ С САХАРОМ	40	4,05	0,8		6,5	29
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	65	16,20	2,3	7,4	15,3	137
2008		АПЕЛЬСИН	74	41,80	0,7	0,1	6	32
Итого				**81,55**	**10,3**	**13,1**	**63,2**	**419**
овз 1-4 обед								
2008	62	САЛАТ ДАЛЬНЕВОСТОЧНЫЙ ИЗ МОРСКОЙ КАПУСТЫ (КОНСЕРВЫ)	45	16,02	0,3	6,1	0,1	57
2012	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250	34,00	5	3,8	10,5	96
2011	293	ПТИЦА ЗАПЕЧЕННАЯ	115	49,34	14,3	16,3	9	202
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	11,83	3,5	2,9	37,3	190
2011	377	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,80	0,2		15	61
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	6,66	4,5	0,6	29,1	139
Итого				**120,64**	**27,8**	**29,7**	**101**	**745**
5-11 классы овз завтрак								
2008	184	КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ	250	28,25	7,7	9,2	37,1	267
2011	383	ЧАЙ С САХАРОМ	35	3,92	0,8		5,5	25
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	90	35,70	2,4	18,1	15,4	234
2008		АПЕЛЬСИН	80	45,60	0,7	0,2	6,5	35
Итого				**113,47**	**11,6**	**27,5**	**64,5**	**561**
5-11 классы овз обед								
2008	62	САЛАТ ДАЛЬНЕВОСТОЧНЫЙ ИЗ МОРСКОЙ КАПУСТЫ (КОНСЕРВЫ)	70	25,37	0,5	6,4	0,3	61
2012	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250	40,55	5,7	4	16,7	125
2011	293	ПТИЦА ЗАПЕЧЕННАЯ	125	53,63	17,5	19,9	11	247
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	11,85	3,5	2,9	37,3	190
		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				**167,05**	**32,3**	**34,2**	**126**	**898**
завтрак тжс								
2008	62	САЛАТ ДАЛЬНЕВОСТОЧНЫЙ ИЗ МОРСКОЙ КАПУСТЫ (КОНСЕРВЫ)	65	23,98	0,4	5,4	0,3	51
2011	293	ПТИЦА ЗАПЕЧЕННАЯ	115	49,34	14,9	17	9,4	211
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	12,35	3,5	3,1	37,3	192
2011	377	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,80	0,2		15	61
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,33	2,3	0,3	14,6	70
Итого				**91,79**	**21,3**	**25,8**	**76,6**	**585**
завтрак 1-4 соц.защита								
2011	293	ПТИЦА ЗАПЕЧЕННАЯ	120	49,44	12,6	14,4	15,1	219,5
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	10,53	8,44	7,35	33,3	236,5
2011	377	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,83	0,2		15,1	61
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,33	2,3	0,3	14,6	70
Итого				**66,12**	**23,54**	**22,05**	**78,1**	**587**
завтрак иные 5-11								
2011	293	ПТИЦА ЗАПЕЧЕННАЯ	120	51,29	16,2	18,4	10,2	229
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	12,00	3,5	3	37,3	191
2011	377	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,82	0,2		15	61
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,33	2,3	0,3	14,6	70
Итого				**69,44**	**22,2**	**21,7**	**77,1**	**551**
гпд								
2008		ВАФЛИ	31	18,46	0,9	1	23,8	109
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,85	0,2		15,3	62
Итого				**21,31**	**1,1**	**1**	**39,1**	**171**

повар 4 разряда _____ Молокова Людмила Николаевна