

МБОУ СОШ с. Вошняково им. Дорошенкова Павла Ивановича

директор школы

/Смоляр М.А./

МЕНЮ
7 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								
2011	121	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	250	20,62	5,4	5,8	18,9	155
2011	383	ЧАЙ С САХАРОМ	40	4,05	0,8		6,5	29
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	95	27,60	4,9	8,6	19,6	176
2011	338	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	79	30,60	0,4	0,4	9,8	44
Итого				82,87	11,5	14,8	54,8	404
овз 1-4 обед								
2012	31	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	60	20,36	2,9	4,8	4,5	73
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	250	34,73	6,2	12,5	19,7	216
2008	276	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ	90	37,53	7,7	28,6	10,8	330
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	140	9,31	3,2	2,6	15,4	98
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				114,98	24,8	49,1	94,7	918
5-11 классы овз завтрак								
2011	121	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	250	21,35	5,4	6,2	19,8	162
2011	383	ЧАЙ С САХАРОМ	35	3,92	0,8		5,5	25
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	115	44,50	7	13,3	19,7	228
2011	338	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	106	40,80	0,4	0,4	9,8	44
Итого				110,57	13,6	19,9	54,8	459
5-11 классы овз обед								
2012	31	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	95	25,36	3,5	4,8	7,7	88
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	250	40,61	8,4	18,1	19,6	276
2008	276	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ	95	40,93	8,4	30,8	11	355
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	155	12,53	7	5,7	33,5	213
		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				155,09	32,4	60,4	132,5	1207
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	37,15	7,6	28,5	10,6	328
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	12,42	4,7	3,9	22,7	145
2011	377	ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	200	7,00	0,3		15,2	63
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	6,65	4,5	0,6	29,1	139
Итого				88,58	20,6	37,8	85,3	763
завтрак 1-4 соц.защита								
2008	276	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ	90	37,28	8,8	12,6	10,6	219
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	12,42	5,5	4,5	25,3	168
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				59,19	19	17,7	80	587
завтрак иные 5-11								
2008	276	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ	90	37,42	7,6	28,6	10,7	330
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	12,44	5,5	4,5	26,5	168
2011	377	ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	200	7,17	0,3		15,2	64
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	6,65	4,5	0,6	29,1	139
Итого				63,68	17,9	33,7	81,5	701
гпд								
2008	2	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	70	25,44	6,2	4,6	18,8	142
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,85	0,2		15,3	62
Итого				28,29	6,4	4,6	34,1	204

повар 4 разряда

Молокова

Молокова Людмила Николаевна