

МБОУ СОШ с.Бешеняково



директор школы

Дорошенкова Павла Ивановича

/Смоляр М.А./

## МЕНЮ

13 марта 2025 г.

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>овз 1-4 завтрак</b>								
2008	189	КАША МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	250	25,10	5,8	5,9	30,1	196
2011	383	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,80	0,2		15	61
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	115	29,65	5,6	8,1	17,2	165
2011	338	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	66	25,50	0,4	0,4	9,8	44
<b>Итого</b>				<b>83,05</b>	<b>12</b>	<b>14,4</b>	<b>72,1</b>	<b>466</b>
<b>овз 1-4 обед</b>								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ	60	10,88	0,8	5,9	3,9	72
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	33,54	6,7	16,7	14	235
2008	257	МЯСО ТУШЕНОЕ, СОУСОМ	85	38,42	10,1	13,2	3	172
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	14,85	3,5	4,5	37,3	204
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	6,40	0,3		15,2	62
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	6,66	4,5	0,6	29,1	139
<b>Итого</b>				<b>110,73</b>	<b>25,9</b>	<b>40,9</b>	<b>102,5</b>	<b>884</b>
<b>5-11 классы овз завтрак</b>								
2008	189	КАША МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	250	28,85	4,8	7,1	30,1	204
2011	383	ЧАЙ С САХАРОМ	215	2,93	0,2		15,9	64
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	110	48,33	8,3	12	17,7	214
2011	338	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	88	34,00	0,4	0,4	9,8	44
<b>Итого</b>				<b>114,11</b>	<b>13,7</b>	<b>19,5</b>	<b>73,5</b>	<b>526</b>
<b>5-11 классы овз обед</b>								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ	60	10,88	0,8	5,9	3,9	72
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	53,48	11,8	30,3	17,6	393
2008	257	МЯСО ТУШЕНОЕ, СОУСОМ	85	38,46	10,1	13,2	3	172
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	14,83	3,5	4,5	37,3	204
		СОК НАТУРАЛЬНЫЙ ФРУКТОВЫЙ	250	36,24	0,8	0,5	39,6	170
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	6,65	4,5	0,6	29,1	139
<b>Итого</b>				<b>160,55</b>	<b>31,5</b>	<b>55</b>	<b>130,5</b>	<b>1150</b>
<b>завтрак тжс</b>								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ	60	10,82	0,8	5,5	3,9	69
2008	257	МЯСО ТУШЕНОЕ, СОУСОМ	95	44,13	11,8	14,7	2,9	191
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	14,82	3,5	4,5	37,3	204
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	5,80	0,2		15,4	64
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,33	2,3	0,3	14,6	70
<b>Итого</b>				<b>78,90</b>	<b>18,6</b>	<b>25</b>	<b>74,1</b>	<b>598</b>
<b>завтрак 1-4 соц.защита</b>								
2008	256	МЯСО ТУШЕНОЕ, СОУСОМ	120	38,35	10,6	17,4	2,9	227,7
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	12,85	8,4	4,6	38,1	228
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	5,75	0,2		15,1	62
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,33	2,3	0,3	14,6	70
<b>Итого</b>				<b>60,27</b>	<b>21,5</b>	<b>22,3</b>	<b>70,7</b>	<b>587</b>
<b>завтрак иные 5-11</b>								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ	60	10,64	0,8	4,6	3,9	60
2008	257	МЯСО ТУШЕНОЕ, СОУСОМ	90	40,75	10,9	13,2	2,9	174
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	11,85	3,5	2,9	37,3	190
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	5,76	0,2		15,2	63
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,33	2,3	0,3	14,6	70
<b>Итого</b>				<b>72,32</b>	<b>17,7</b>	<b>21</b>	<b>73,9</b>	<b>557</b>
<b>гпд</b>								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	36	21,55	2,7	3,5	26,7	150
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,85	0,2		15,3	62
<b>Итого</b>				<b>24,40</b>	<b>2,9</b>	<b>3,5</b>	<b>42</b>	<b>212</b>