

Согласовано



Директор

МБОУ "Начикинская СШ"

Рылова Л.А.

МЕНЮ**3 декабря 2024 г.****1-4 КЛАСС**

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак								
2008	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	8,04				
2011	15	СЫР ПОЛУТВЕРДЫЙ	15	9,69	3,4	4,3		53
2011	183	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ "ГЕРКУЛЕС" С ЯГОДАМИ	200/10/10	29,70	9,4	5,9	48,3	284
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/11	2,33	0,2		11,1	45
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	5,62	3	0,2	19,5	92
2008		ЯБЛОКО	100	14,82				
Итого				70,20	16	10,4	78,9	474
Всего				70,20	16	10,4	78,9	474

повар

Монахава Т.В



МЕНЮ

3 декабря 2024 г.

1-5 КЛАСС

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак								
2008	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	8,41		7,3	0,1	67
2011	15	СЫР ПОЛУТВЕРДЫЙ	15	9,66	3,4	4,3		53
2011	183	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ "ГЕРКУЛЕС" С ЯГОДАМИ	200/10/10	27,47	8,3	9,1	42,9	285
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/11	2,14	0,2		10,7	44
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	5,63	3	0,2	19,5	92
2008		ЯБЛОКО	100	16,89	0,4	0,4	9,8	47
Итого				70,20	15,3	21,3	83	588
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	60	28,82	0,7	4	2,7	50
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРИЦЕЙ СО СМЕТАНОЙ	200/15/10	16,55	4,9	5,9	7,5	103
1996	375	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ГОВЯДИНЫ	90	73,51	14,9	18,4	3,8	242
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	10,24	6,2	6,1	28,2	193
2006	412	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	4,47	0,6	0,2	18,6	89
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,81	1,5	0,1	9,7	46
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,57	2	0,3	13,1	63
2008		ГРУША	100	19,75	0,4	0,3	10,3	47
Итого				160,72	31,2	35,3	93,9	833
Полдник								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	17,37	1,1	0,2	21,9	93
2008	471	КРУАССАН	60	46,50	4,5	3,1	31,2	171
2008		КИВИ	100	48,92	2,7	0,5	75,2	317
Итого				112,79	8,3	3,8	128,3	581
Всего				343,71	54,8	60,4	305,2	2002

повар _____

Монахава Т.В



МЕНЮ
3 декабря 2024 г.
6-11 КЛАСС

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак								
2008	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	8,40		7,3	0,1	67
2011	15	СЫР ПОЛУТВЕРДЫЙ	15	9,66	3,4	4,3		53
2011	183	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ "ГЕРКУЛЕС" С ЯГОДАМИ	200/10/10	27,47	8,3	9,1	43,4	287
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/11	2,18	0,2		11,2	46
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	5,62	3	0,2	19,5	92
2008		ЯБЛОКО	100	16,87	0,4	0,4	9,8	47
Итого				70,20	15,3	21,3	84	592
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	100	47,40	1,2	6,5	4,4	83
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРИЦЕЙ СО СМЕТАНОЙ	250/15/10	18,58	5,5	6,8	8,3	115
1996	375	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ГОВЯДИНЫ	100	81,61	16,6	20,5	5,1	272
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	11,23	7,5	6,4	34	224
2006	412	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	4,41	0,6	0,2	18,6	89
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	4,22	2,2	0,2	14,6	69
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	60	5,48	2,5	0,3	15,7	76
2008		ГРУША	100	19,74	0,4	0,3	10,3	47
Итого				192,67	36,5	41,2	111	975
Всего				262,87	51,8	62,5	195	1567

повар _____ Монахава Т.В