

МБОУ "Начикинская СШ" /Рылова

МЕНЮ

30 января 2025 г.

1-4 КЛАСС

повар	Монахава Т.В
-------	--------------

Монахава Т.В

МЕНЮ

30 января 2025 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	15,00	0,10	8,30	0,10	75,00
2011	15	СЫР ПОЛУТВЕРДЫЙ	15	16,40	3,20	4,00	0,00	50,00
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	13,50	4,10	3,70	0,20	50,00
2011	174	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСОВОЙ КРУПЫ	210	29,19	5,70	5,40	44,10	247,00
2011	392	ЧАЙ ЯГОДНЫЙ	200	1,58	0,20	0,00	11,10	45,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	6,64	3,10	0,30	20,10	95,00
2008		ГРУША	100	18,28	0,40	0,30	10,30	47,00
Итого				100,59	16,80	22,00	85,90	609,00
Обед								
2007	21	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ПЕРЦА СЛАДКОГО	60	27,54	0,70	4,00	2,40	49,00
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРИЦЕЙ СО СМЕТАНОЙ	200/15/10	18,65	4,90	6,00	7,70	104,00
2011	286	ПОДЖАРКА ИЗ ГОВЯДИНЫ	90	83,78	19,40	18,10	3,50	255,00
2011	127	КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ ПО- ДЕРЕВЕНСКИЙ	150	25,10	3,30	9,50	26,60	206,00
	348	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200	8,14	0,80	0,10	18,10	76,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	3,32	1,50	0,10	10,00	47,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	8,50	3,30	0,40	21,20	102,00
2008		ЯБЛОКО	100	5,00	0,10	0,10	3,10	15,00
Итого				180,03	34,00	38,30	92,60	854,00
Полдник								
2011	465	ПИЦЦА ШКОЛЬНАЯ	80	42,71	13,00	11,00	29,80	271,00
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	2,19	0,10	0,00	11,00	45,00
2008		ВИНОГРАД	100	51,69	0,60	0,60	15,70	74,00
Итого				96,59	13,70	11,60	56,50	390,00
Всего				377,21	64,50	71,90	235,00	1 853,00

Утверждаю

Директор

МБОУ "Начикинская СШ"

/Рылова Л.А/

МЕНЮ

30 января 2025 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	13,96	0,10	7,70	0,10	70,00	
2011	15	СЫР ПОЛУТВЕРДЫЙ	15	17,64	3,40	4,30	0,00	54,00	
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	15,87	4,80	4,30	0,30	59,00	
2011	174	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСОВОЙ КРУПЫ	210	27,65	5,40	5,00	42,40	236,00	
2011	392	ЧАЙ ЯГОДНЫЙ	200	1,28	0,10	0,00	10,90	44,00	
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	5,87	2,70	0,20	17,80	84,00	
2008		ГРУША	100	18,32	0,40	0,30	10,30	47,00	
Итого				100,59	16,90	21,80	81,80	594,00	
Обед									
2007	21	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ПЕРЦА СЛАДКОГО	100	42,83	1,10	6,60	3,70	80,00	
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРИЦЕЙ СО СМЕТАНОЙ	275	27,70	6,10	9,40	9,30	147,00	
2011	286	ПОДЖАРКА ИЗ ГОВЯДИНЫ	100	85,23	19,80	18,40	4,50	264,00	
2011	127	КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ ПО- ДЕРЕВЕНСКИЙ	180	28,75	3,80	11,00	30,90	239,00	
	348	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200	10,22	1,00	0,10	20,20	86,00	
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	4,41	2,00	0,20	13,30	63,00	
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	60	3,53	1,40	0,20	8,80	42,00	
2008		ЯБЛОКО	100	2,80	0,10	0,10	1,70	8,00	
Итого				205,47	35,30	46,00	92,40	929,00	
Всего				306,06	52,20	67,80	174,20	1 523,00	

повар _____

Монахава Т.В