

«Согласовано»
Директор МБОУ СОШ № 6

СКОБЕНКО.М.Э.

Утверждаю

ИП ГУБЕКОВА И.Ш.

МЕНЮ
14 декабря 2023 г.

7-11 лет

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Цена, руб. | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------|---------------|--|-------|---------------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|
| | | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2012 | 10 | САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО | 60 | 15,20 | 1,7 | 3,1 | 3,7 | 50 |
| 2008 | 214 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | 150 | 49,39 | 14,4 | 23,8 | 2,7 | 283 |
| 2022 | 8 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 3,12 | 2,2 | 0,2 | 14,6 | 69 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 2,29 | 0,2 | 0,1 | 16,2 | 65 |
| 2011 | 385 | МОЛОКО | 200 | 25,00 | 5,6 | 4,9 | 9,3 | 105 |
| Итого | | | | 95,00 | 24,1 | 32,1 | 46,5 | 572 |
| 2-я смена | | | | | | | | |
| 2012 | 298 | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ | 240 | 64,59 | 16,1 | 22,8 | 8,9 | 306 |
| 2022 | 8 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 3,12 | 2,2 | 0,2 | 14,6 | 69 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 2,29 | 0,2 | 0,1 | 16,2 | 65 |
| 2011 | 385 | МОЛОКО | 200 | 25,00 | 5,6 | 4,9 | 9,3 | 105 |
| Итого | | | | 95,00 | 24,1 | 28 | 49 | 545 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2011 | 82 | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ | 250 | 15,00 | 2,1 | 7,6 | 13,7 | 135 |
| 2011 | 392 | ПЕЛЬМЕНИ МЯСНЫЕ ОТВАРНЫЕ | 200 | 40,66 | 23,9 | 21,7 | 69,5 | 567 |
| 2022 | 8 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 4,16 | 3 | 0,2 | 19,5 | 92 |
| 2011 | 349 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | 5,18 | | | 19,4 | 77 |
| Итого | | | | 65,00 | 29 | 29,5 | 122,1 | 871 |
| Всего | | | | 160,00 | 77,2 | 93,7 | 215,1 | 2015 |

«Согласовано»
Директор МБОУ СОШ № 6

СКОБЕНКО М.Э.

Утверждаю

ИП ГУБЕКОВА И.Ш.

МЕНЮ

14 декабря 2023 г.

12-18 лет

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Цена, руб. | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------|---------------|--|-------|---------------|-------------------|--------------|--------------|-------------------------------|
| | | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2012 | 10 | САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО | 100 | 25,33 | 2,8 | 5,2 | 6,1 | 83 |
| 2008 | 214 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | 200 | 62,18 | 19,2 | 31,7 | 3,6 | 376 |
| 2022 | 8 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 5,20 | 3,7 | 0,3 | 24,3 | 115 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 2,29 | 0,2 | 0,1 | 16,2 | 65 |
| Итого | | | | 95,00 | 25,9 | 37,3 | 50,2 | 639 |
| 2-я смена | | | | | | | | |
| 2012 | 298 | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ | 250 | 67,25 | 16,1 | 22,8 | 8,9 | 306 |
| 2011 | 3 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ | 50 | 22,57 | 5,6 | 9,2 | 15,4 | 167 |
| 2011 | 349 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | 5,18 | — | — | 19,4 | 77 |
| Итого | | | | 95,00 | 24 | 28,9 | 51,6 | 610 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2011 | 82 | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ | 250 | 15,00 | 2,5 | 11,3 | 21,5 | 202 |
| 2011 | 392 | ПЕЛЬМЕНИ МЯСНЫЕ ОТВАРНЫЕ | 200 | 40,66 | 23,9 | 21,7 | 69,5 | 567 |
| 2022 | 8 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 4,16 | — 3 | 0,2 | 19,5 | 92 |
| 2011 | 349 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | 5,18 | — | — | 19,4 | 77 |
| Итого | | | | 65,00 | 29,4 | 33,2 | 129,9 | 938 |
| Всего | | | | 160,00 | 81,2 | 107,8 | 230,3 | 2216 |