

Утверждаю

Директор  
(МКОУ «Березовская СОШ»)  
/Хомченко Е.Г/



## МЕНЮ

7 сентября 2023 г.

### ЗАВТРАК 6-10 Софин.

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                 | Выход | Цена,<br>руб. | Химический состав |             |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|---------------------|------------------------------------|-------|---------------|-------------------|-------------|------------------|--|
|                               |                     |                                    |       |               | Белки, г          | Жиры, г     | Угле-<br>воды, г |  |
| <b>Завтрак</b>                |                     |                                    |       |               |                   |             |                  |  |
| 2011                          | 304                 | РИС ОТВАРНОЙ                       | 150   | 14,32         | 3,7               | 4,1         | 38,9             | 210                                      |
| 2008                          | 231                 | РЫБА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАНЕ С ОВОЩАМИ | 120   | 23,63         | 15,9              | 7,3         | 2,6              | 131                                      |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                     | 50    | 3,20          | 3,3               | 0,3         | 14,1             | 103                                      |
| 2011                          | 389                 | СОК ФРУКТОВЫЙ                      | 200   | 14,00         |                   |             | 18               | 40                                       |
| 2008                          |                     | ЯБЛОКО                             | 100   | 20,20         | 0,4               | 0,4         | 9,8              | 47                                       |
| <b>Итого</b>                  |                     |                                    |       | <b>75,35</b>  | <b>23,3</b>       | <b>12,1</b> | <b>83,4</b>      | <b>531</b>                               |
| <b>Всего</b>                  |                     |                                    |       | <b>75,35</b>  | <b>23,3</b>       | <b>12,1</b> | <b>83,4</b>      | <b>531</b>                               |

Заведующая столовой

Узолина О.В