

Утверждаю

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

МЕНЮ
11 октября 2023 г.

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК 6-10 Софин.								
2012	236	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	150	34,58	17,6	12,7	24,6	288
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	80	7,07	5,7	1,5	43,3	207
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,07	0,2	0,1	15	60
2008		ЯБЛОКО	100	15,37	0,4	0,4	9,8	47
Итого				89,08	23,9	14,7	92,7	602
ЗАВТРАК ОВЗ 6-10 Софин								
2012	236	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	150	35,27	17,6	12,7	24,6	288
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	80	6,17	5,7	1,5	43,3	207
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,07	0,2	0,1	15	60
2008		ЯБЛОКО	100	15,37	0,4	0,4	9,8	47
Итого				58,88	23,9	14,7	92,7	602
ЗАВТРАК 11-13 СОФИН								
2012	236	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	150	35,27	17,6	12,7	24,6	288
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	80	6,17	5,7	1,5	43,3	207
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,07	0,2	0,1	15	60
2008		ЯБЛОКО	100	15,37	0,4	0,4	9,8	47
Итого				68,88	23,9	14,7	92,7	602
ЗАВТРАК 11-18								
2012	236	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	150	34,64	17,6	12,7	24,6	288
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	80	6,94	5,7	1,5	43,3	207
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,07	0,2	0,1	15	60
2008		ЯБЛОКО	100	15,37	0,4	0,4	9,8	47
Итого				59,01	23,9	14,7	92,7	602
ЗАВТРАК ОВЗ 11-18 Краев								
2012	236	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	150	34,63	17,6	12,7	24,6	288
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	80	6,60	5,7	1,5	43,3	207
2008		ЯБЛОКО	100	15,36	0,4	0,4	9,8	47
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,08	0,2	0,1	15	60
Итого				59,06	23,9	14,7	92,7	602
ЗАВТРАК РОДИТЕЛЬСКАЯ ПЛАТА								
2012	236	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	150	34,60	17,6	12,7	24,6	288
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	80	6,88	5,7	1,5	43,3	207
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,07	0,2	0,1	15	60
2008		ЯБЛОКО	100	15,37	0,4	0,4	9,8	47
Итого				58,92	23,9	14,7	92,7	602
ОБЕД 6-10								
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИ ОТВАРНОЙ	50	0,00	1,6	0,1	3,2	19
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250	0,00	6,6	8,5	8,7	129
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	0,00	3,5	4	22,6	144
2008	231	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	100	0,00	15,8	4,3	4,6	112
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	0,00	3,3	0,3	14,1	103
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	0,00			18	40
Итого				0,00	30,8	17,2	71,2	647
ОБЕД ОВЗ 6-10								
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИ ОТВАРНОЙ	50	11,78	1,6	0,1	3,2	19
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250	20,45	6,6	8,5	8,7	129
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	8,80	3,5	4	22,6	144
2008	231	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	100	21,65	15,8	4,3	4,6	112
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,20	3,3	0,3	14,1	103
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	14,00			18	40
Итого				79,88	30,8	17,2	71,2	647
ОБЕД 11-18								
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИ ОТВАРНОЙ	50	11,78	1,6	0,1	3,2	19
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250	20,45	6,6	8,5	8,7	129
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	8,80	3,5	4	22,6	144
2008	231	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	100	21,65	15,8	4,3	4,6	112
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	5,12	5,3	0,5	22,5	165
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	14,00			18	40
Итого				81,79	32,8	17,4	79,6	609
ОБЕД ОВЗ 11-18								
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИ ОТВАРНОЙ	50	11,78	1,6	0,1	3,2	19
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250	20,45	6,6	8,5	8,7	129
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	8,80	3,5	4	22,6	144
2008	231	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	100	21,65	15,8	4,3	4,6	112
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	5,12	5,3	0,5	22,5	165
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	14,00			18	40
Итого				81,79	32,8	17,4	79,6	609
ОБЕД РОДИТЕЛЬСКАЯ ПЛАТА								
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИ ОТВАРНОЙ	50	11,77	1,6	0,1	3,2	19
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250	20,43	6,6	8,5	8,7	129
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	8,78	3,5	4	22,6	144
2008	231	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	100	21,64	15,8	4,3	4,6	112
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	5,12	5,3	0,5	22,5	165
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	14,00			18	40
Итого				81,74	32,8	17,4	79,6	609

Заведующая столовой

Узолина О.В.