

Утверждаю

Директор
МКОУ «Березовская СОШ»
Комченко Е.Г.

МЕНЮ
6 марта 2024 г.

Сборник рецептур	№ тех. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
ЗАВТРАК 6-11 Софин.								
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ						
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	30	6,58	0,6	2,7	2,3	36
2008	284	ТЕФТЕЛЬ	150	14,33	3,5	6,9	10,7	103
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	90	39,18	5,5	13,1	12,2	197
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	50	3,40	3,3	0,3	14,1	103
Итого			200	1,88	0,2	0,1	15	60
				65,41	13,1	23,1	54,3	499
ЗАВТРАК 6-11								
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ						
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	30	6,58	0,6	2,7	2,3	36
2008	284	ТЕФТЕЛЬ	150	14,33	3,5	6,9	10,7	103
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	90	39,18	5,5	13,1	12,2	197
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	50	3,40	3,3	0,3	14,1	103
Итого			200	1,88	0,2	0,1	15	60
				65,34	13,1	23,1	54,3	499
ЗАВТРАК ОВЗ 6-11								
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ						
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	30	6,58	0,6	2,7	2,3	36
2008	284	ТЕФТЕЛЬ	150	14,51	3,5	6,9	10,7	103
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	90	39,33	5,5	13,1	12,2	197
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	50	3,40	3,3	0,3	14,1	103
Итого			200	1,88	0,2	0,1	15	60
				65,78	13,1	23,1	54,3	499
ЗАВТРАК 12-18 Софин								
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ						
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	30	6,56	0,6	2,7	2,3	36
2008	284	ТЕФТЕЛЬ	180	17,16	4,2	8,3	12,6	124
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	100	48,47	6,6	15,6	13,6	233
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	80	5,44	5,3	0,5	22,5	165
Итого			200	1,89	0,2	0,1	15	60
				79,62	16,9	27,2	66	618
ЗАВТРАК 12-18								
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ						
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	30	6,58	0,6	2,7	2,3	36
2008	284	ТЕФТЕЛЬ	180	17,22	4,2	8,3	12,6	124
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	100	48,49	6,6	15,6	13,6	233
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	80	5,44	5,3	0,5	22,5	165
Итого			200	1,88	0,2	0,1	15	60
				79,61	16,9	27,2	66	618
ЗАВТРАК ОВЗ 12-18								
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ						
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	30	6,59	0,6	2,7	2,3	36
2008	284	ТЕФТЕЛЬ	180	17,23	4,2	8,3	12,6	124
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	100	48,48	6,6	15,6	13,6	233
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	80	5,44	5,3	0,5	22,5	165
Итого			200	1,88	0,2	0,1	15	60
				79,61	16,9	27,2	66	618
ЗАВТРАК 11-13 СОФИН								
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ						
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	30	6,55	0,6	2,7	2,3	36
2008	284	ТЕФТЕЛЬ	180	17,32	4,2	8,3	12,6	124
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	100	48,66	6,6	15,6	13,6	233
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	80	5,44	5,3	0,5	22,5	165
Итого			200	1,88	0,2	0,1	15	60
				79,64	16,9	27,2	66	618
ЗАВТРАК РОДИТЕЛЬСКАЯ ПЛАТА								
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ						
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	30	6,57	0,6	2,7	2,3	36
2008	284	ТЕФТЕЛЬ	180	17,23	4,2	8,3	12,6	124
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	100	48,49	6,6	15,6	13,6	233
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	80	5,44	5,3	0,5	22,5	165
Итого			200	1,88	0,2	0,1	15	60
				79,61	16,9	27,2	66	618
ОБЕД 6-11								
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИЙ ОТВАРНОЙ						
2011	108	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ И МЯСОМ ПТИЦЫ	30	0,00	0,8	9,1	1,6	10
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	250	0,00	6,2	7,8	23,1	194
2011	290	ПТИЦА ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	150	0,00	3,8	4,8	37,7	206
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	100	0,00	14	17,8	3	224
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	50	0,00	3,3	0,3	14,1	103
Итого			200	0,00			19,4	77
				0,00	29,9	30,6	98,9	814
ОБЕД ОВЗ 6-11								
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИЙ ОТВАРНОЙ						
2011	108	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ И МЯСОМ ПТИЦЫ	30	9,89	0,8	0,1	1,6	10
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	250	15,73	6,2	7,8	23,1	194
2011	290	ПТИЦА ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	150	9,48	3,6	4,6	37,7	206
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	100	44,39	14	17,8	3	224
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	50	3,40	3,3	0,3	14,1	103
Итого			200	5,42			19,4	77
				96,85	34	33,6	115	940
ОБЕД 12-18								
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИЙ ОТВАРНОЙ						
2011	108	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ И МЯСОМ ПТИЦЫ	30	9,89	0,8	0,1	1,6	10
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	250	15,73	6,2	7,8	23,1	194
2011	290	ПТИЦА ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	180	11,40	4,3	9,9	45,2	247
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	110	48,98	15,4	19,7	3,2	247
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	80	5,44	5,3	0,5	22,5	165
Итого			200	5,42			19,4	77
				96,85	34	33,6	115	940
ОБЕД ОВЗ 12-18								
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИЙ ОТВАРНОЙ						
2011	108	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ И МЯСОМ ПТИЦЫ	30	9,88	0,8	0,1	1,6	10
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	250	15,56	6,2	7,8	23,1	194
2011	290	ПТИЦА ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	180	11,38	4,3	5,5	45,2	247
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	110	48,76	15,4	19,7	3,2	247
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	80	5,44	5,3	0,5	22,5	165
Итого			200	5,42			19,4	77
				96,44	34	33,6	115	940

Заведующая столовой

Узолина О. В.