

Утверждаю

Директор

(МКОУ «Березовская СОШ»)

(Хомченко Е.Г.)

МЕНЮ

11 января 2024 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	33	СВЕКЛА С МАСЛОМ	30	0,68	0,4	3,5	2,5	34
2008	326	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	150	14,44	3,6	9,8	38,1	224
2012	244	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С ОВОЩАМИ	110	43,13	8	13	3,4	206
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,40	3,3	0,3	14,1	103
2008	411	КИСЕЛЬ	200	6,70	0,1	0,1	27,9	113
Итого				68,35	15,4	22,7	86	680
ЗАВТРАК 11-13 СОФИН								
2012	33	СВЕКЛА С МАСЛОМ	30	0,68	0,4	3,5	2,5	34
2008	326	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	180	17,32	4,4	7	45,8	269
2012	244	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С ОВОЩАМИ	120	47,05	8,9	14,2	3,7	226
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	5,44	5,3	0,5	22,5	165
2008	411	КИСЕЛЬ	200	6,69	0,1	0,1	27,9	113
Итого				77,18	19,1	25,3	102,4	807
ЗАВТРАК ОВЗ 11-13 краев								
2012	33	СВЕКЛА С МАСЛОМ	30	0,68	0,4	3,5	2,5	34
2008	326	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	180	17,33	4,4	7	45,8	269
2012	244	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С ОВОЩАМИ	120	47,06	8,9	14,2	3,7	226
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	5,44	5,3	0,5	22,5	165
2008	411	КИСЕЛЬ	200	6,70	0,1	0,1	27,9	113
Итого				77,21	19,1	25,3	102,4	807
ЗАВТРАК 11-18								
2012	33	СВЕКЛА С МАСЛОМ	30	0,68	0,4	3,5	2,5	34
2008	326	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	180	17,32	4,4	7	45,8	269
2012	244	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С ОВОЩАМИ	120	47,14	8,9	14,2	3,7	226
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	5,44	5,3	0,5	22,5	165
2008	411	КИСЕЛЬ	200	6,70	0,1	0,1	27,9	113
Итого				77,28	19,1	25,3	102,4	807
ЗАВТРАК ОВЗ 11-18 Краев								
2012	33	СВЕКЛА С МАСЛОМ	30	0,68	0,4	3,5	2,5	34
2008	326	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	180	17,33	4,4	7	45,8	269
2012	244	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С ОВОЩАМИ	120	47,13	8,9	14,2	3,7	226
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	5,44	5,3	0,5	22,5	165
2008	411	КИСЕЛЬ	200	6,70	0,1	0,1	27,9	113
Итого				77,28	19,1	25,3	102,4	807
ЗАВТРАК РОДИТЕЛЬСКАЯ ПЛАТА								
2012	33	СВЕКЛА С МАСЛОМ	30	0,68	0,4	3,5	2,5	34
2008	326	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	180	17,34	4,4	7	45,8	269
2012	244	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С ОВОЩАМИ	120	47,11	8,9	14,2	3,7	226
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	5,44	5,3	0,5	22,5	165
2008	411	КИСЕЛЬ	200	6,70	0,1	0,1	27,9	113
Итого				77,27	19,1	25,3	102,4	807
ОБЕД 6-10								
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	10,81	1	4,5	3,9	60
2008	99/73	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	250	25,35	12,1	12,3	25,2	243
2008	262	ГОВЯДИНА, ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	180	44,70	7,7	15,9	81,9	233
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,40	3,3	0,3	14,1	103
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,98	0,2	0,1	15	60
Итого				86,24	24,3	33,1	140,1	699
ОБЕД ОВЗ 6-10 краев								
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	6,53	0,8	2,7	2,3	36
2008	99/73	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	250	25,35	12,1	12,3	25,2	243
2008	262	ГОВЯДИНА, ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	200	44,70	7,7	15,9	81,9	233
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,40	3,3	0,3	14,1	103
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,98	0,2	0,1	15	60
Итого				81,95	23,9	31,3	138,5	675
ОБЕД ОВЗ 11-13краев								
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	10,71	1	4,5	3,9	60
2008	99/73	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	250	24,26	12,1	12,3	25,2	243
2008	262	ГОВЯДИНА, ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	250	54,85	9,4	19,7	102,7	290
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	5,44	5,3	0,5	22,5	165
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,98	0,2	0,1	15	60
Итого				97,24	28	37,1	169,3	618
ОБЕД 11-18								
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	10,71	1	4,5	3,9	60
2008	99/73	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	250	24,26	12,1	12,3	25,2	243
2008	262	ГОВЯДИНА, ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	250	54,85	9,4	19,7	102,7	290
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	5,44	5,3	0,5	22,5	165
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,98	0,2	0,1	15	60
Итого				97,24	28	37,1	169,3	618
ОБЕД ОВЗ 11-18 краев								
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	10,74	1	4,5	3,9	60
2008	99/73	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	250	24,62	12,1	12,3	25,2	243
2008	262	ГОВЯДИНА, ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	250	54,81	9,4	19,7	102,7	290
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	5,44	5,3	0,5	22,5	165
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,98	0,2	0,1	15	60
Итого				97,59	28	37,1	169,3	618