

Утверждаю

Директор
(МКОУ «Березовский СОШ») / Хоминко Е.Г.

МЕНЮ
14 декабря 2023 г.



| Сборник рецептур | № тех. карты | Наименование блюда | Выход | Цена, руб. | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|-----------------------------------|--------------|--|-------|--------------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|
| | | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | |
| ЗАВТРАК 6-10 Софин. | | | | | | | | |
| 2008 | | ПОМИДОР (СОЛЕНЫЙ) | 25 | 5,12 | 0,3 | | 0,7 | 4 |
| 2008 | 331 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 150 | 7,08 | 5,5 | 4,8 | 31,3 | 191 |
| 2011 | 260 | ГУЛЯШ | 100 | 38,27 | 4,5 | 10,3 | 3 | 138 |
| 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 | | | | 58,85 | 13,8 | 15,3 | 64,1 | 496 |
| ЗАВТРАК ОБЗ 6-10 краев | | | | | | | | |
| 2008 | | ПОМИДОР (СОЛЕНЫЙ) | 25 | 0,00 | 0,3 | | 0,7 | 4 |
| 2008 | 331 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 150 | 0,00 | 5,5 | 4,8 | 31,3 | 191 |
| 2011 | 260 | ГУЛЯШ | 100 | 0,00 | 4,5 | 10,3 | 3 | 138 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 0,00 | 3,3 | 0,3 | 14,1 | 103 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0,00 | 0,2 | 0,1 | 15 | 60 |
| Итого | | | | 0,00 | 13,8 | 15,3 | 64,1 | 496 |
| ЗАВТРАК 11-13 СОФИН | | | | | | | | |
| 2008 | | ПОМИДОР (СОЛЕНЫЙ) | 25 | 5,12 | 0,3 | | 0,7 | 4 |
| 2008 | 331 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 150 | 7,08 | 5,5 | 4,8 | 31,3 | 191 |
| 2011 | 260 | ГУЛЯШ | 110 | 45,08 | 5,2 | 14,8 | 3,2 | 178 |
| 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 | | | | 64,70 | 16,3 | 20,2 | 72,7 | 598 |
| ЗАВТРАК ОБЗ 11-13 краев | | | | | | | | |
| 2008 | | ПОМИДОР (СОЛЕНЫЙ) | 25 | 5,12 | 0,3 | | 0,7 | 4 |
| 2008 | 331 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 150 | 7,08 | 5,5 | 4,8 | 31,3 | 191 |
| 2011 | 260 | ГУЛЯШ | 110 | 45,11 | 5,2 | 14,8 | 3,2 | 178 |
| 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 | | | | 64,73 | 16,3 | 20,2 | 72,7 | 598 |
| ЗАВТРАК 11-18 | | | | | | | | |
| 2008 | | ПОМИДОР (СОЛЕНЫЙ) | 25 | 5,12 | 0,3 | | 0,7 | 4 |
| 2008 | 331 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 150 | 7,08 | 5,5 | 4,8 | 31,3 | 191 |
| 2011 | 260 | ГУЛЯШ | 110 | 45,09 | 5,2 | 14,8 | 3,2 | 178 |
| 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 | | | | 64,71 | 16,3 | 20,2 | 72,7 | 598 |
| ЗАВТРАК ОБЗ 11-18 Краев | | | | | | | | |
| 2008 | | ПОМИДОР (СОЛЕНЫЙ) | 25 | 5,15 | 0,3 | | 0,7 | 4 |
| 2008 | 331 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 150 | 7,08 | 5,5 | 4,8 | 31,3 | 191 |
| 2011 | 260 | ГУЛЯШ | 110 | 45,06 | 5,2 | 14,8 | 3,2 | 178 |
| 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 | | | | 64,71 | 16,3 | 20,2 | 72,7 | 598 |
| ЗАВТРАК РОДИТЕЛЬСКАЯ ПЛАТА | | | | | | | | |
| 2008 | | ПОМИДОР (СОЛЕНЫЙ) | 25 | 5,12 | 0,3 | | 0,7 | 4 |
| 2008 | 331 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 150 | 7,08 | 5,5 | 4,8 | 31,3 | 191 |
| 2011 | 260 | ГУЛЯШ | 110 | 45,06 | 5,2 | 14,8 | 3,2 | 178 |
| 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 | | | | 64,68 | 16,3 | 20,2 | 72,7 | 598 |
| ОБЕД 6-10 | | | | | | | | |
| 2011 | 52 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ | 30 | 0,27 | 0,4 | 1,2 | 2,5 | 20 |
| 2011 | 112 | СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ | 250 | 11,72 | 7,2 | 6,1 | 18 | 155 |
| 2008 | 181 | КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 150 | 12,18 | 6,6 | 5,4 | 36,3 | 228 |
| 2008 | 314 | КОТЛЕТЫ РУБЕНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ | 90 | 38,84 | 15,8 | 17,3 | 11 | 262 |
| 2008 | 364 | СОУС ТОМАТНЫЙ №364 | 30 | 1,40 | 0,5 | 2,9 | 2,2 | 37 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,40 | 3,3 | 0,3 | 14,1 | 103 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | 5,86 | | | 23,3 | 93 |
| Итого | | | | 73,45 | 33,8 | 33,1 | 109,4 | 898 |
| ОБЕД ОБЗ 6-10 краев | | | | | | | | |
| 2011 | 52 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ | 30 | 0,27 | 0,4 | 1,2 | 2,5 | 20 |
| 2011 | 112 | СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ | 250 | 11,72 | 7,2 | 6,1 | 18 | 155 |
| 2008 | 181 | КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 150 | 12,18 | 6,6 | 5,4 | 36,3 | 228 |
| 2008 | 314 | КОТЛЕТЫ РУБЕНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ | 90 | 38,84 | 15,8 | 17,3 | 11 | 262 |
| 2008 | 364 | СОУС ТОМАТНЫЙ №364 | 30 | 1,40 | 0,5 | 2,9 | 2,2 | 37 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,40 | 3,3 | 0,3 | 14,1 | 103 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | 5,86 | | | 23,3 | 93 |
| Итого | | | | 73,45 | 33,8 | 33,1 | 109,4 | 898 |
| ОБЕД ОБЗ 11-13краев | | | | | | | | |
| 2011 | 52 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ | 30 | 0,27 | 0,4 | 1,2 | 2,5 | 20 |
| 2011 | 112 | СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ | 250 | 11,83 | 7,2 | 6,1 | 18 | 155 |
| 2008 | 181 | КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 180 | 14,35 | 7,9 | 6,5 | 46 | 273 |
| 2008 | 314 | КОТЛЕТЫ РУБЕНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ | 100 | 46,40 | 18,8 | 20,3 | 12,3 | 307 |
| 2008 | 364 | СОУС ТОМАТНЫЙ №364 | 30 | 1,28 | 0,5 | 2,9 | 2,2 | 37 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 80 | 5,44 | 5,3 | 0,5 | 22,5 | 165 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | 5,86 | | | 23,3 | 93 |
| Итого | | | | 88,21 | 40,1 | 37,8 | 126,8 | 1090 |
| ОБЕД 11-18 | | | | | | | | |
| 2011 | 52 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ | 30 | 0,27 | 0,4 | 1,2 | 2,5 | 20 |
| 2011 | 112 | СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ | 250 | 11,83 | 7,2 | 6,1 | 18 | 155 |
| 2008 | 181 | КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 180 | 14,35 | 7,9 | 6,5 | 46 | 273 |
| 2008 | 314 | КОТЛЕТЫ РУБЕНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ | 100 | 46,40 | 18,8 | 20,3 | 12,3 | 307 |
| 2008 | 364 | СОУС ТОМАТНЫЙ №364 | 30 | 1,28 | 0,5 | 2,9 | 2,2 | 37 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 80 | 5,44 | 5,3 | 0,5 | 22,5 | 165 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | 5,86 | | | 23,3 | 93 |
| Итого | | | | 88,21 | 40,1 | 37,8 | 126,8 | 1090 |
| ОБЕД ОБЗ 11-18 краев | | | | | | | | |
| 2011 | 52 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ | 30 | 0,23 | 0,4 | 1,2 | 2,5 | 20 |
| 2011 | 112 | СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ | 250 | 11,86 | 7,2 | 6,1 | 18 | 155 |
| 2008 | 181 | КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 180 | 14,38 | 7,9 | 6,5 | 46 | 273 |
| 2008 | 314 | КОТЛЕТЫ РУБЕНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ | 100 | 46,40 | 18,8 | 20,3 | 12,3 | 307 |
| 2008 | 364 | СОУС ТОМАТНЫЙ №364 | 30 | 1,37 | 0,5 | 2,9 | 2,2 | 37 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 80 | 5,44 | 5,3 | 0,5 | 22,5 | 165 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | 5,86 | | | 23,3 | 93 |
| Итого | | | | 88,33 | 40,1 | 37,8 | 126,8 | 1090 |