

Утверждаю

Директор
(МКОУ «Березовская СОШ»)
Хомченко Е.Г.МЕНЮ
15 января 2024 г.

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК 6-10 Софин.								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ТЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	250	19,73	5,9	6,3	28,5	202
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	5,44	5,3	0,5	22,5	165
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	10,31	2	1,4	17,3	91
2011	209	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	14,50	4,9	4,5	0,3	61
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	9,04	2,3	2,9		36
2008		ПРЯНИКИ	20	5,64	0,8	0,9	14	53
Итого				61,21	19	16,2	70,7	533
ЗАВТРАК 11-13 СОФИН								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ТЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	250	19,73	5,9	6,3	28,5	202
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	5,44	5,3	0,5	22,5	165
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	10,32	2	1,4	17,3	91
2011	209	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	14,34	4,9	4,5	0,3	61
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	9,29	2,3	2,9		36
2008		ПРЯНИКИ	20	5,64	0,8	0,9	14	53
Итого				64,77	21,2	16,5	82,6	608
ЗАВТРАК ОБЗ 11-13 краев								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ТЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	250	19,73	5,9	6,3	28,5	202
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	5,44	5,3	0,5	22,5	165
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	10,31	2	1,4	17,3	91
2011	209	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	14,50	4,9	4,5	0,3	61
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	9,30	2,3	2,9		36
2008		ПРЯНИКИ	20	5,64	0,8	0,9	14	53
Итого				64,93	21,2	16,5	82,6	608
ЗАВТРАК 11-18								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ТЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	250	19,73	5,9	6,3	28,5	202
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	5,44	5,3	0,5	22,5	165
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	10,31	2	1,4	17,3	91
2011	209	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	14,50	4,9	4,5	0,3	61
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	9,14	2,3	2,9		36
2008		ПРЯНИКИ	20	5,64	0,8	0,9	14	53
Итого				64,76	21,2	16,5	82,6	608
ЗАВТРАК ОБЗ 11-18 Краев								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ТЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	250	19,72	5,9	6,3	28,5	202
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	5,44	5,3	0,5	22,5	165
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	10,31	2	1,4	17,3	91
2011	209	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	14,50	4,9	4,5	0,3	61
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	9,01	2,3	2,9		36
2008		ПРЯНИКИ	20	5,64	0,8	0,9	14	53
Итого				64,62	21,2	16,5	82,6	608
ЗАВТРАК РОДИТЕЛЬСКАЯ ПЛАТА								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ТЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	250	19,73	5,9	6,3	28,5	202
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	5,44	5,3	0,5	22,5	165
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	10,31	2	1,4	17,3	91
2011	209	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	14,50	4,9	4,5	0,3	61
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	9,09	2,3	2,9		36
2008		ПРЯНИКИ	20	5,64	0,8	0,9	14	53
Итого				64,70	21,2	16,5	82,6	608
ОБЕД 6-10								
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	250	25,04	7,4	11	16,4	186
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	7,06	5,5	4,0	31,2	191
2012	282	ШНИЦЕЛЬ РУБЛЕННЫЙ ИЗ ГОВЯДИНЫ ЗАПЕЧЕННЫЙ	90	50,03	7,6	13,1	10,6	222
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	30	1,41	0,5	2,9	2,2	37
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	3,40	3,3	0,3	14,1	103
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,98	0,2	0,1	15	60
Итого				88,95	24,5	32,2	69,8	799
ОБЕД ОБЗ 6-10 краев								
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	250	0,00	7,4	11	16,4	186
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	0,00	1,5	1,3	9,5	52
2012	282	ШНИЦЕЛЬ РУБЛЕННЫЙ ИЗ ГОВЯДИНЫ ЗАПЕЧЕННЫЙ	90	0,00	7,6	13,1	10,6	222
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	30	0,00	0,5	2,9	2,2	37
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	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	20,6	28,7	66,8	660
ОБЕД ОБЗ 11-13краев								
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	250	24,93	7,4	11	16,4	186
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	8,46	1,7	1,4	9,4	57
2012	282	ШНИЦЕЛЬ РУБЛЕННЫЙ ИЗ ГОВЯДИНЫ ЗАПЕЧЕННЫЙ	100	59,10	8,9	15,2	11,9	258
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	30	1,29	0,5	2,9	2,2	37
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				101,23	24	31,1	77,4	763
ОБЕД 11-18								
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	250	25,04	7,4	11	16,4	186
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	8,49	1,7	1,4	9,4	57
2012	282	ШНИЦЕЛЬ РУБЛЕННЫЙ ИЗ ГОВЯДИНЫ ЗАПЕЧЕННЫЙ	100	59,13	8,9	15,2	11,9	258
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	30	1,41	0,5	2,9	2,2	37
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				101,49	24	31,1	77,4	763
ОБЕД ОБЗ 11-18 краев								
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	250	24,96	7,4	11	16,4	186
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	8,51	1,7	1,4	9,4	57
2012	282	ШНИЦЕЛЬ РУБЛЕННЫЙ ИЗ ГОВЯДИНЫ ЗАПЕЧЕННЫЙ	100	59,16	8,9	15,2	11,9	258
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	30	1,38	0,5	2,9	2,2	37
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				101,42	24	31,1	77,4	763

Заведующая столовой

Узolina O.B