

Утверждаю

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

МЕНЮ
16 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	236	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	200	38,93	21,4	13	38,1	360
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	80	4,87	5,7	1,5	43,3	207
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,98	0,2	0,1	15	60
2011	15	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	17,42	2	4,6		50
Итого				62,99	29,3	19,2	96,4	677
ЗАВТРАК 11-13 СОФИН								
2012	236	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	200	38,76	21,4	13	38,1	360
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	100	5,91	7,2	1,7	54,2	259
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,98	0,2	0,1	15	60
2011	15	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	17,33	2	4,6		50
Итого				63,97	30,8	19,4	107,3	729
ЗАВТРАК ОВЗ 11-13 краев								
2012	236	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	200	39,05	21,4	13	38,1	360
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	100	5,87	7,2	1,7	54,2	259
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,98	0,2	0,1	15	60
2011	15	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	17,32	2	4,6		50
Итого				64,22	30,8	19,4	107,3	729
ЗАВТРАК 11-18								
2012	236	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	200	38,89	21,4	13	38,1	360
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	100	5,78	7,2	1,7	54,2	259
2011	15	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	17,38	2	4,6		50
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,98	0,2	0,1	15	60
Итого				64,03	30,8	19,4	107,3	729
ЗАВТРАК ОВЗ 11-18 Краев								
2012	236	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	200	38,90	21,4	13	38,1	360
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	100	5,75	7,2	1,7	54,2	259
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,98	0,2	0,1	15	60
2011	15	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	17,46	2	4,6		50
Итого				64,09	30,8	19,4	107,3	729
ЗАВТРАК РОДИТЕЛЬСКАЯ ПЛАТА								
2012	236	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	200	38,95	21,4	13	38,1	360
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	100	5,80	7,2	1,7	54,2	259
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,98	0,2	0,1	15	60
2011	15	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	17,38	2	4,6		50
Итого				64,11	30,8	19,4	107,3	729
ОБЕД 6-10								
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИЙ ОТВАРНОЙ	50	25,36	1,6	0,1	3,2	19
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАЛУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250	20,88	6,6	8,5	8,7	129
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	8,81	3,5	4	22,6	144
2008	231	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	100	21,14	14,1	4,2	4,6	104
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	3,40	3,3	0,3	14,1	103
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	14,00			18	40
Итого				93,59	29,1	17,1	71,2	639
ОБЕД ОВЗ 6-10 краев								
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИЙ ОТВАРНОЙ	50	25,36	1,6	0,1	3,2	19
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАЛУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250	20,88	6,6	8,5	8,7	129
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	8,81	3,5	4	22,6	144
2008	231	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	100	21,14	14,1	4,2	4,6	104
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	3,40	3,3	0,3	14,1	103
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	14,00			18	40
Итого				93,59	29,1	17,1	71,2	639
ОБЕД ОВЗ 11-13краев								
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИЙ ОТВАРНОЙ	50	25,37	1,6	0,1	3,2	19
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАЛУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250	20,88	6,6	8,5	8,7	129
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	8,60	3,5	4	22,6	144
2008	231	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	100	22,98	15,4	4,3	4,6	110
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	5,44	5,3	0,5	22,5	165
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	14,00			18	40
Итого				97,47	32,4	17,4	79,6	607
ОБЕД 11-18								
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИЙ ОТВАРНОЙ	50	25,37	1,6	0,1	3,2	19
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАЛУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250	20,88	6,6	8,5	8,7	129
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	8,81	3,5	4	22,6	144
2008	231	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	100	23,01	15,4	4,3	4,6	110
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	5,44	5,3	0,5	22,5	165
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	14,00			18	40
Итого				97,50	32,4	17,4	79,6	607
ОБЕД ОВЗ 11-18 краев								
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИЙ ОТВАРНОЙ	50	25,36	1,6	0,1	3,2	19
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАЛУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250	20,88	6,6	8,5	8,7	129
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	8,81	3,5	4	22,6	144
2008	231	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	100	23,00	15,4	4,3	4,6	110
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	5,44	5,3	0,5	22,5	165
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	14,00			18	40
Итого				97,48	32,4	17,4	79,6	607