



Утверждено  
 Директор  
 (МБОУ «Березовская СОШ») Могилко Е.Г.

**МЕНЮ**  
 18 декабря 2023 г.

Сборник рецептур	№ тех. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>ЗАВТРАК 6-10 Софин.</b>								
2011	182	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ ГЕРКУЛЕС	250	21,73	6,4	6,6	31,7	220
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	5,44	5,3	0,5	22,5	165
2011	14	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	8,25		5,5	0,1	55
2011	15	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	8,71	1	2,3		25
2011	379	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	8,79	1,4	0,8	18,9	89
2008		ВАФЛИ	15	4,13	0,4	0,5	10,1	38
<b>Итого</b>				<b>55,01</b>	<b>12,6</b>	<b>16</b>	<b>74,9</b>	<b>530</b>
<b>ЗАВТРАК ОВЗ 6-10 краев</b>								
2011	182	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ ГЕРКУЛЕС	250	0,00	6,4	6,6	31,7	220
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	0,00	5,3	0,5	14,1	103
2011	14	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,00		5,5	0,1	55
2011	15	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	0,00	1	2,3		25
2011	379	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	0,00	1,4	0,8	18,9	89
2008		ВАФЛИ	15	0,00	0,4	0,5	10,1	38
<b>Итого</b>				<b>0,00</b>	<b>12,6</b>	<b>16</b>	<b>74,9</b>	<b>530</b>
<b>ЗАВТРАК 11-13 СОФИН</b>								
2011	182	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ ГЕРКУЛЕС	250	21,75	6,4	6,6	31,7	220
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	5,44	5,3	0,5	22,5	165
2011	14	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	8,25		5,5	0,1	55
2011	15	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	13,10	1,5	3,5		38
2011	379	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	8,79	1,4	0,8	18,9	89
2008		ВАФЛИ	30	8,25	0,8	1	20,2	76
<b>Итого</b>				<b>65,98</b>	<b>16,4</b>	<b>17,9</b>	<b>93,4</b>	<b>643</b>
<b>ЗАВТРАК ОВЗ 11-13 краев</b>								
2011	182	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ ГЕРКУЛЕС	250	21,76	6,4	6,6	31,7	220
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	5,44	5,3	0,5	22,5	165
2011	14	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	8,25		5,5	0,1	55
2011	15	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	13,08	1,5	3,5		38
2011	379	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	8,79	1,4	0,8	18,9	89
2008		ВАФЛИ	30	8,25	0,8	1	20,2	76
<b>Итого</b>				<b>65,98</b>	<b>16,4</b>	<b>17,9</b>	<b>93,4</b>	<b>643</b>
<b>ЗАВТРАК 11-18</b>								
2011	182	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ ГЕРКУЛЕС	250	21,73	6,4	6,6	31,7	220
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	5,44	5,3	0,5	22,5	165
2011	14	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	8,25		5,5	0,1	55
2011	15	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	13,10	1,5	3,5		38
2011	379	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	8,79	1,4	0,8	18,9	89
2008		ВАФЛИ	30	8,25	0,8	1	20,2	76
<b>Итого</b>				<b>66,96</b>	<b>16,4</b>	<b>17,9</b>	<b>93,4</b>	<b>643</b>
<b>ЗАВТРАК ОВЗ 11-18 Краев</b>								
2011	182	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ ГЕРКУЛЕС	250	21,71	6,4	6,6	31,7	220
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	5,44	5,3	0,5	22,5	165
2011	14	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	8,25		5,5	0,1	55
2011	15	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	13,24	1,5	3,5		38
2011	379	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	8,79	1,4	0,8	18,9	89
2008		ВАФЛИ	30	8,25	0,8	1	20,2	76
<b>Итого</b>				<b>65,98</b>	<b>16,4</b>	<b>17,9</b>	<b>93,4</b>	<b>643</b>
<b>ЗАВТРАК РОДИТЕЛЬСКАЯ ПЛАТА</b>								
2011	182	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ ГЕРКУЛЕС	250	21,75	6,4	6,6	31,7	220
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	5,44	5,3	0,5	22,5	165
2011	14	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	8,25		5,5	0,1	55
2011	15	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	13,10	1,5	3,5		38
2011	379	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	8,79	1,4	0,8	18,9	89
2008		ВАФЛИ	30	8,25	0,8	1	20,2	76
<b>Итого</b>				<b>65,97</b>	<b>16,4</b>	<b>17,9</b>	<b>93,4</b>	<b>643</b>
<b>ОБЕД 6-10</b>								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	25	5,90	0,2		0,4	3
2012	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250	28,23	6,6	3,8	16,5	116
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	7,09	5,5	4,8	31,3	191
2011	260	ГУЛЯШ	100	41,21	4,8	11	2,6	146
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	3,40	3,3	0,3	14,1	103
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,98	0,2	0,1	15	80
<b>Итого</b>				<b>87,81</b>	<b>20,8</b>	<b>20</b>	<b>79,9</b>	<b>619</b>
<b>ОБЕД ОВЗ 6-10 краев</b>								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	25	5,90	0,2		0,4	3
2012	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250	28,23	6,6	3,8	16,5	116
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	7,09	5,5	4,8	31,3	191
2011	260	ГУЛЯШ	100	41,21	4,8	11	2,6	146
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	3,40	3,3	0,3	14,1	103
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,98	0,2	0,1	15	80
<b>Итого</b>				<b>87,81</b>	<b>20,8</b>	<b>20</b>	<b>79,9</b>	<b>619</b>
<b>ОБЕД ОВЗ 11-13краев</b>								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60	11,81	0,4	0,1	0,9	7
2012	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250	28,21	6,6	3,8	16,5	116
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	7,07	5,5	4,8	31,3	191
2011	260	ГУЛЯШ	120	49,81	5,8	13,2	3	176
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	5,44	5,3	0,5	22,5	165
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,97	0,2	0,1	15	80
<b>Итого</b>				<b>104,30</b>	<b>23,8</b>	<b>22,8</b>	<b>89,2</b>	<b>718</b>
<b>ОБЕД 11-18</b>								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60	11,81	0,4	0,1	0,9	7
2012	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250	28,21	6,6	3,8	16,5	116
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	7,09	5,5	4,8	31,3	191
2011	260	ГУЛЯШ	120	49,81	5,8	13,2	3	176
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	80
<b>Итого</b>				<b>104,33</b>	<b>23,8</b>	<b>22,8</b>	<b>89,2</b>	<b>718</b>
<b>ОБЕД ОВЗ 11-18 краев</b>								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60	11,81	0,4	0,1	0,9	7
2012	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250	28,22	6,6	3,8	16,5	116
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	7,08	5,5	4,8	31,3	191
2011	260	ГУЛЯШ	120	49,70	5,8	13,2	3	176
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	80
<b>Итого</b>				<b>104,32</b>	<b>23,8</b>	<b>22,8</b>	<b>89,2</b>	<b>718</b>