

МЕНЮ
22 декабря 2023 г.БЕРЕЗОВСКАЯ
СОШ

| Сборник рецептов | № тех. карты | Наименование блюда | Выход | Цена, руб. | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|-----------------------------------|--------------|-----------------------------|-------|------------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|
| | | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| ЗАВТРАК 6-10 Софин. | | | | | | | | |
| к/к | к/к | ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИЙ ОТВАРНОЙ | 30 | 9,71 | 0,8 | 0,1 | 1,6 | 10 |
| 2008 | 335 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 150 | 8,50 | 3 | 3,6 | 21,5 | 133 |
| 2011 | 293 | ПТИЦА ЗАПЕЧЕНАЯ | 90 | 32,50 | 14,6 | 16,5 | | 208 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,40 | 3,3 | 0,3 | 14,1 | 103 |
| 2011 | 349 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | 5,48 | | | 19,4 | 77 |
| Итого | | | | 57,74 | 21,7 | 20,5 | 56,6 | 531 |
| ЗАВТРАК ОВЗ 6-10 Краев | | | | | | | | |
| к/к | к/к | ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИЙ ОТВАРНОЙ | 30 | 0,00 | 0,8 | 0,1 | 1,6 | 10 |
| 2008 | 335 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 150 | 0,00 | 3 | 3,6 | 21,5 | 133 |
| 2011 | 293 | ПТИЦА ЗАПЕЧЕНАЯ | 90 | 0,00 | 14,6 | 16,5 | | 208 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 0,00 | 3,3 | 0,3 | 14,1 | 103 |
| 2011 | 349 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | 0,00 | | | 19,4 | 77 |
| Итого | | | | 0,00 | 21,7 | 20,5 | 56,6 | 531 |
| ЗАВТРАК 11-13 СОФИН | | | | | | | | |
| к/к | к/к | ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИЙ ОТВАРНОЙ | 30 | 9,71 | 0,8 | 0,1 | 1,6 | 10 |
| 2008 | 335 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 180 | 15,52 | 4,1 | 7,9 | 27,2 | 204 |
| 2011 | 293 | ПТИЦА ЗАПЕЧЕНАЯ | 100 | 39,98 | 17,9 | 19,8 | | 252 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,40 | 3,3 | 0,3 | 14,1 | 103 |
| 2011 | 349 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | 5,48 | | | 19,4 | 77 |
| Итого | | | | 74,08 | 26,1 | 28,1 | 62,3 | 646 |
| ЗАВТРАК ОВЗ 11-13 Краев | | | | | | | | |
| к/к | к/к | ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИЙ ОТВАРНОЙ | 30 | 9,71 | 0,8 | 0,1 | 1,6 | 10 |
| 2008 | 335 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 180 | 15,52 | 4,1 | 7,9 | 27,2 | 204 |
| 2011 | 293 | ПТИЦА ЗАПЕЧЕНАЯ | 100 | 39,98 | 17,9 | 19,8 | | 252 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,40 | 3,3 | 0,3 | 14,1 | 103 |
| 2011 | 349 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | 5,48 | | | 19,4 | 77 |
| Итого | | | | 74,08 | 26,1 | 28,1 | 62,3 | 646 |
| ЗАВТРАК 11-18 | | | | | | | | |
| к/к | к/к | ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИЙ ОТВАРНОЙ | 30 | 9,71 | 0,8 | 0,1 | 1,6 | 10 |
| 2008 | 335 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 180 | 15,52 | 4,1 | 7,9 | 27,2 | 204 |
| 2011 | 293 | ПТИЦА ЗАПЕЧЕНАЯ | 100 | 39,98 | 17,9 | 19,8 | | 252 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,40 | 3,3 | 0,3 | 14,1 | 103 |
| 2011 | 349 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | 5,48 | | | 19,4 | 77 |
| Итого | | | | 74,08 | 26,1 | 28,1 | 62,3 | 646 |
| ЗАВТРАК ОВЗ 11-18 Краев | | | | | | | | |
| к/к | к/к | ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИЙ ОТВАРНОЙ | 30 | 9,71 | 0,8 | 0,1 | 1,6 | 10 |
| 2008 | 335 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 180 | 15,52 | 4,1 | 7,9 | 27,2 | 204 |
| 2011 | 293 | ПТИЦА ЗАПЕЧЕНАЯ | 100 | 40,00 | 17,9 | 19,8 | | 252 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,40 | 3,3 | 0,3 | 14,1 | 103 |
| 2011 | 349 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | 5,48 | | | 19,4 | 77 |
| Итого | | | | 74,10 | 26,1 | 28,1 | 62,3 | 646 |
| ЗАВТРАК РОДИТЕЛЬСКАЯ ПЛАТА | | | | | | | | |
| к/к | к/к | ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИЙ ОТВАРНОЙ | 30 | 9,71 | 0,8 | 0,1 | 1,6 | 10 |
| 2008 | 335 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 180 | 15,52 | 4,1 | 7,9 | 27,2 | 204 |
| 2011 | 293 | ПТИЦА ЗАПЕЧЕНАЯ | 100 | 39,98 | 17,9 | 19,8 | | 252 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,40 | 3,3 | 0,3 | 14,1 | 103 |
| 2011 | 349 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | 5,48 | | | 19,4 | 77 |
| Итого | | | | 74,09 | 26,1 | 28,1 | 62,3 | 646 |
| ОБЕД 6-10 | | | | | | | | |
| 2008 | | ПОМИДОР СОЛЕННЫЙ | 25 | 5,21 | 0,3 | | 0,7 | 4 |
| 2008 | 98 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ | 250 | 20,43 | 7,8 | 8,9 | 20,2 | 183 |
| 2008 | 309 | РАГУ ИЗ ПТИЦЫ | 200 | 29,83 | 12,5 | 17,1 | 22,1 | 275 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,40 | 3,3 | 0,3 | 14,1 | 103 |
| 2011 | 389 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 200 | 14,00 | | | 18 | 40 |
| 2008 | | БАНАН | 220 | 47,30 | 3,3 | 1,1 | 46,2 | 211 |
| Итого | | | | 120,17 | 27,2 | 27,4 | 121,3 | 816 |
| ОБЕД ОВЗ 6-10 Краев | | | | | | | | |
| 2008 | | ПОМИДОР СОЛЕННЫЙ | 25 | 5,21 | 0,3 | | 0,7 | 4 |
| 2008 | 98 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ | 250 | 20,43 | 7,8 | 8,9 | 20,2 | 183 |
| 2008 | 309 | РАГУ ИЗ ПТИЦЫ | 200 | 29,83 | 12,5 | 17,1 | 22,1 | 275 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,40 | 3,3 | 0,3 | 14,1 | 103 |
| 2011 | 389 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 200 | 14,00 | | | 18 | 40 |
| 2008 | | БАНАН | 182 | 39,13 | 3,7 | 0,9 | 38,2 | 175 |
| Итого | | | | 112,09 | 26,6 | 27,2 | 113,3 | 780 |
| ОБЕД ОВЗ 11-13 Краев | | | | | | | | |
| 2008 | | ПОМИДОР СОЛЕННЫЙ | 50 | 10,23 | 0,6 | | 1,3 | 8 |
| 2008 | 98 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ | 250 | 20,42 | 7,8 | 8,9 | 20,2 | 183 |
| 2008 | 309 | РАГУ ИЗ ПТИЦЫ | 250 | 37,10 | 15,9 | 21,3 | 27,5 | 344 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 80 | 5,44 | 5,3 | 0,5 | 22,5 | 165 |
| 2011 | 389 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 200 | 14,00 | | | 18 | 40 |
| 2008 | | БАНАН | 242 | 52,03 | 3,6 | 1,2 | 50,8 | 232 |
| Итого | | | | 139,22 | 33,2 | 31,9 | 140,3 | 872 |
| ОБЕД 11-18 | | | | | | | | |
| 2008 | | ПОМИДОР СОЛЕННЫЙ | 50 | 10,23 | 0,6 | | 1,3 | 8 |
| 2008 | 98 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ | 250 | 20,42 | 7,8 | 8,9 | 20,2 | 183 |
| 2008 | 309 | РАГУ ИЗ ПТИЦЫ | 250 | 37,10 | 15,9 | 21,3 | 27,5 | 344 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 80 | 5,44 | 5,3 | 0,5 | 22,5 | 165 |
| 2011 | 389 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 200 | 14,00 | | | 18 | 40 |
| 2008 | | БАНАН | 250 | 55,90 | 3,8 | 1,3 | 54,6 | 250 |
| Итого | | | | 143,09 | 33,5 | 32 | 144,1 | 990 |
| ОБЕД ОВЗ 11-18 Краев | | | | | | | | |
| 2008 | | ПОМИДОР СОЛЕННЫЙ | 50 | 10,23 | 0,6 | | 1,3 | 8 |
| 2008 | 98 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ | 250 | 20,42 | 7,8 | 8,9 | 20,2 | 183 |
| 2008 | 309 | РАГУ ИЗ ПТИЦЫ | 250 | 37,05 | 15,9 | 21,3 | 27,5 | 344 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 80 | 5,44 | 5,3 | 0,5 | 22,5 | 165 |
| 2011 | 389 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 200 | 14,00 | | | 18 | 40 |
| 2008 | | БАНАН | 242 | 52,03 | 3,6 | 1,3 | 50,8 | 232 |
| Итого | | | | 139,17 | 33,2 | 31,9 | 140,3 | 872 |