

Утверждаю

Директор
(МКОУ «Березовская СОШ»)
Жимченко Е.Г.

МЕНЮ
27 декабря 2023 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	38,41	21,5	13	38,1	361
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	80	5,54	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				63,35	29,4	19,2	96,4	678
ЗАВТРАК 11-13 СОФИН								
2012	236	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	200	38,36	21,5	13	38,1	361
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	100	6,81	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				64,47	30,9	19,4	107,3	730
ЗАВТРАК ОВЗ 11-13 краев								
2012	236	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	200	38,19	21,5	13	38,1	361
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	100	6,82	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				64,31	30,9	19,4	107,3	730
ЗАВТРАК 11-18								
2012	236	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	200	38,36	21,5	13	38,1	361
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	100	6,71	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				64,42	30,9	19,4	107,3	730
ЗАВТРАК ОВЗ 11-18 Краев								
2012	236	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	200	38,38	21,5	13	38,1	361
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	100	6,65	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	17,48	2	4,6		50
Итого				64,47	30,9	19,4	107,3	730
ЗАВТРАК РОДИТЕЛЬСКАЯ ПЛАТА								
2012	236	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	200	38,48	21,5	13	38,1	361
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	100	6,70	7,2	1,7	54,2	259
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,88	0,2	0,1	15	60
2011	15	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	17,46	2	4,6		50
Итого				64,50	30,9	19,4	107,3	730
ОБЕД 6-10								
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИЙ ОТВАРНОЙ	50	24,91	1,6	0,1	3,2	19
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250	18,29	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	32,23	6,5	6,6	4,6	141
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,40	3,3	0,3	14,1	103
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	14,00			18	40
Итого				101,64	21,5	19,5	71,2	678
ОБЕД ОВЗ 6-10 краев								
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИЙ ОТВАРНОЙ	50	24,91	1,6	0,1	3,2	19
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250	18,29	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	32,23	6,5	6,6	4,6	141
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,40	3,3	0,3	14,1	103
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	14,00			18	40
Итого				101,64	21,5	19,5	71,2	678
ОБЕД ОВЗ 11-13краев								
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИЙ ОТВАРНОЙ	50	24,91	1,6	0,1	3,2	19
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250	18,31	6,6	8,5	8,7	129
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	8,80	3,5	4	22,6	144
2008	231	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	100	34,96	7	6,9	4,6	150
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	5,44	5,3	0,5	22,5	165
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	14,00			18	40
Итого				106,41	24	20	79,6	647
ОБЕД 11-18								
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИЙ ОТВАРНОЙ	50	24,92	1,6	0,1	3,2	19
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250	18,30	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	34,99	7	6,9	4,6	150
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	5,44	5,3	0,5	22,5	165
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	14,00			18	40
Итого				106,45	24	20	79,6	647
ОБЕД ОВЗ 11-18 краев								
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИЙ ОТВАРНОЙ	50	24,91	1,6	0,1	3,2	19
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250	18,30	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	34,98	7	6,9	4,6	150
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	5,44	5,3	0,5	22,5	165
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	14,00			18	40
Итого				106,44	24	20	79,6	647

Заведующая столовой

Узолина О.В.