

Утверждаю

Директор

МБОУ ООШ № 2 г. Угледгорска

/Шестаков А.В./

МЕНЮ

21 ноября 2023 г.

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
1-4 завтрак								
2008	307	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	90	58,21	23,5	20,3	0,3	278
2011	310	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	20,21	2,9	4,9	23,8	151
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,60			19,4	77
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,82	2,3	0,2	15,1	71
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,73	2	0,3	12,7	61
Итого				92,57	30,7	25,7	71,3	638
5-9 тжс завтрак								
2011	24	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	60	17,98	0,6	3,4	2,2	43
2008	307	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	90	58,24	23,6	20,3	0,3	278
2011	310	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	180	27,08	3,5	6	28,5	183
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,60			19,4	77
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,82	2,3	0,2	15,1	71
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,73	2	0,3	12,7	61
Итого				117,44	32	30,2	78,2	713
5-9 иные завтрак								
2008	307	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	90	58,23	23,6	20,3	0,3	278
2011	310	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	180	27,08	3,5	5,7	28,5	180
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,60			19,4	77
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,82	2,3	0,2	15,1	71
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,73	2	0,3	12,7	61
Итого				99,46	31,4	26,5	76	667
1-4 ОБЗ завтрак								
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	250	29,28	10,8	11,6	42,3	317
2011	379	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	16,43	3,4	2,4	27,1	144
2008		БАТОН	40	4,80	3,2	0,4	19,6	95
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	9,00	0,1	8,3	0,1	75
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	14,14	3,5	4,5		55
Итого				73,65	21	27,2	89,1	686
1-4 ОБЗ обед								
2011	24	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	60	17,77	0,6	4,4	2,2	51
2011	118.2	СУП С КЛЕЦКАМИ	250	21,43	8,1	10,5	14,1	183
2008	307	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	90	58,26	23,6	20,3	0,3	278
2011	310	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	23,76	2,9	5,2	23,8	153
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,60			19,4	77
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,82	2,3	0,2	15,1	71
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,73	2	0,3	12,7	61
Итого				135,37	39,5	40,9	87,6	874
5-9 ОБЗ завтрак								
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	250	29,10	10,9	14,6	41,6	342
2011	379	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	16,43	3,3	2,4	26,8	143
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	65	27,56	6,5	12,8	19,7	221
2008		АПЕЛЬСИН	100	25,00	0,9	0,2	8,1	43
Итого				98,10	21,6	30	96,2	749
5-9 ОБЗ обед								
2011	24	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	60	18,45	0,6	5,4	2,2	61
2011	118.2	СУП С КЛЕЦКАМИ	250	21,43	3,1	5,1	14,3	117
2008	307	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	90	58,21	23,5	20,3	0,3	278
2011	310	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	180	27,08	3,6	8,8	28,5	207
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,60			19,4	77
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,82	2,3	0,2	15,1	71
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,73	2	0,3	12,7	61
2008		ГРУША	100	32,00	0,4	0,3	10,3	47
Итого				171,32	35,5	40,4	102,8	919
ГПД								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	15,91	6,8	8,6	33,6	240
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	2,48	0,2		15,1	61
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,73	2	0,3	12,7	61
Итого				21,12	9	8,9	61,4	362

Зав.производством

Пех Н.Е.

повар

Корнилова Е.Н.