

Утверждаю

Директор
МБОУ СОШ № 2 г. Угледорска
Щестак А.В./**МЕНЮ**
24 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								
2011	278	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ	90	26,34	6,1	16,3	9,2	212
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	18,79	8,4	6,2	38,1	242
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	2,32	0,2		14,9	60
		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				53,00	19	23	90	646
5-9 тжс завтрак								
2011	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	60	13,47	0,5	3,4	1,6	40
2011	278	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ	90	26,34	6,2	16,9	9,7	217
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	26,25	10,2	7,1	46,2	289
2008	411	КИСЕЛЬ	205	7,94			28,6	114
		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				79,55	21,2	27,9	113,9	792
5-9 иные завтрак								
2011	278	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ	90	26,34	5,9	16,7	9	217
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	26,34	10,1	7,5	45,9	292
2008	411	КИСЕЛЬ	200	7,81			28,2	113
		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				66,04	20,3	24,7	110,9	754
1-4 ОБЗ завтрак								
2012	188	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ	200	37,42	11,5	12,6	48,9	357
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/16	2,53	0,2		15,6	63
2008		БАТОН	40	4,80	3,2	0,4	19,6	95
2008		ГРУША	100	32,00	0,4	0,3	10,3	47
Итого				76,75	15,3	13,3	94,4	562
1-4 ОБЗ обед								
2011	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	60	15,85	0,5	4,4	1,7	49
2011	87	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	250	22,45	7,1	10,1	6,9	148
2011	278	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ	90	26,34	6,2	17,6	9,3	226
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	18,79	8,3	6,8	38	246
2008	411	КИСЕЛЬ	200	7,90			28,4	114
		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				96,89	26,4	39,4	112,1	915
5-9 ОБЗ завтрак								
2012	188	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ	200	38,18	12	13,7	51,9	381
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	1,99	0,2		15	61
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		ГРУША	150	48,00	0,6	0,5	15,5	71
Итого				101,98	16,1	22,9	102,1	683
5-9 ОБЗ обед								
2011	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	100	14,92	0,8	5,8	2,7	69
2011	87	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	250	22,45	7,1	9,5	6,9	143
2011	278	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ	90	26,34	6,2	19,5	9,9	245
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	26,25	10,1	7,2	45,9	289
2008	411	КИСЕЛЬ	200	7,90			28,4	114
		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		ЯБЛОКО	100	26,00	0,4	0,4	9,8	47
Итого				129,41	28,9	42,9	131,4	1039
ГПД								
2011	396	БЛИНЫ	160	10,56	8,4	14,1	54,1	374
		СГ,МОЛОКО (ПОРЦИЯМИ)	30	10,50	2,1	2,5	16,2	95
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	2,45	0,2		15	61
Итого				23,51	10,7	16,6	85,3	530

Зав.производством

Пех Н.Е.

повар

Корнилова Е.Н.