



Утверждаю

Директор

МБОУ ООШ № 2 г. Угледорска

Шестаков А.В./

МЕНЮ

1 декабря 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	271	КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ	90	49,36	9,8	32,5	5,6	354
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	150	13,52	3,7	6,3	32,8	203
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	2,35	0,2		15	61
		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				70,78	18	39,3	81,2	750
5-9 тжс завтрак								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	60	5,89	0,8	0,1	3,9	20
2011	271	КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ	95	49,36	10,5	24,9	5,3	287
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	180	16,46	4,4	7,6	39,4	244
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ ЯГОД	205	7,18	0,2	0,1	20,5	84
		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				84,43	20,2	33,2	96,9	767
5-9 иные завтрак								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	100	9,75	1,3	0,1	6,5	33
2011	271	КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ	90	49,36	8,6	29,6	5,5	323
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	180	14,33	4,4	7,6	39,4	244
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ ЯГОД	200	7,00	0,1	0,1	20,5	84
		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				85,99	18,7	37,9	99,7	816
1-4 ОВЗ завтрак								
2008	184	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	250	21,88	9,8	12,3	39,8	310
2011	379	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	15,50	3,4	2,4	27	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
2011	338	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	26,00	0,4	0,4	9,5	46
Итого				77,18	16,9	23,8	96	670
1-4 ОВЗ обед								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	60	5,89	0,8	0,1	3,9	20
2012	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250	45,41	9,3	3	17	132
2011	271	КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ	95	59,86	10,5	24,9	5,3	287
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	150	13,15	3,7	6,3	32,8	203
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ ЯГОД	205	7,18	0,2	0,1	20,5	84
		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				137,04	28,8	34,9	107,3	858
5-9 ОВЗ завтрак								
2008	184	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	250	21,88	10	14,3	40,4	331
2011	379	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	15,93	3,3	2,4	26,9	143
2008		БАТОН	40	4,80	3,2	0,4	19,6	95
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	15	13,80	0,2	12,5	0,2	113
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	12,60	3,5	4,5		55
2011	338	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	26,00	0,4	0,4	9,5	46
Итого				95,01	20,6	34,5	96,6	783
5-9 ОВЗ обед								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	100	9,75	1,3	0,1	6,5	33
2012	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250	45,92	9,3	3,6	16,7	136
2011	271	КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ	90	59,00	10,3	24,3	5,5	281
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	180	16,29	4,4	7,6	39,4	244
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ ЯГОД	200	7,11	0,1	0,1	20,5	84
		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	9,3	42
Итого				175,61	30,1	36,5	125,7	952
ГПД								
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	11,66	0,6	2,7	2,3	36
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	9,09	5,4	4,7	34,9	204
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	2,45	0,2		15	61
Итого				23,20	6,2	7,4	52,2	301

Зав.производством

Пех Н.Е.

повар

Корнилова Е.Н.