

Утверждаю

Директор

МБОУ ООШ № 2 г. Угледгорска

Шестаков А.В./

# МЕНЮ

18 декабря 2023 г.

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда             | Выход  | Цена,<br>руб. | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|---------------------|--------------------------------|--------|---------------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|
|                               |                     |                                |        |               | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |
| 1-4 завтрак                   |                     |                                |        |               |                   |         |                  |                                          |
| 2008                          | 239                 | КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ                 | 90     | 36,98         | 13,1              | 10,9    | 7,8              | 180                                      |
| 2008                          | 331                 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ    | 150    | 9,14          | 5,4               | 4,7     | 34,9             | 204                                      |
| 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                         |                     |                                |        | 58,67         | 22,9              | 16,2    | 91               | 600                                      |
| 5-9 тжс завтрак               |                     |                                |        |               |                   |         |                  |                                          |
|                               |                     | САЛАТ СТОЛИЧНЫЙ                | 60     | 18,64         | 2,9               | 7,3     | 6,4              | 103                                      |
| 2008                          | 239                 | КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ                 | 90     | 36,98         | 10,4              | 8,3     | 8                | 148                                      |
| 2008                          | 331                 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ    | 180    | 10,55         | 6,5               | 5,3     | 41,8             | 241                                      |
| 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                         |                     |                                |        | 78,90         | 24,3              | 21,5    | 104,5            | 708                                      |
| 5-9 иные завтрак              |                     |                                |        |               |                   |         |                  |                                          |
| 2008                          | 239                 | КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ                 | 90     | 36,98         | 13,1              | 11      | 7,7              | 181                                      |
| 2008                          | 331                 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ    | 180    | 11,05         | 6,5               | 5,7     | 41,8             | 245                                      |
| 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                         |                     |                                |        | 60,58         | 24                | 17,3    | 97,8             | 642                                      |
| 1-4 ОБЗ завтрак               |                     |                                |        |               |                   |         |                  |                                          |
| 2008                          | 214                 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ              | 150    | 50,87         | 14,9              | 24,3    | 2,8              | 290                                      |
| 2008                          |                     | ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ                | 25     | 14,50         | 0,2               |         | 0,4              | 3                                        |
| 2008                          | 430                 | ЧАЙ С САХАРОМ                  | 185/15 | 2,45          | 0,2               |         | 15               | 61                                       |
| 2008                          |                     | БАТОН                          | 40     | 4,80          | 3,2               | 0,4     | 19,6             | 95                                       |
| 2011                          | 338                 | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ                  | 100    | 26,00         | 0,4               | 0,4     | 9,5              | 46                                       |
| Итого                         |                     |                                |        | 98,62         | 18,9              | 25,1    | 47,3             | 495                                      |
| 1-4 ОБЗ обед                  |                     |                                |        |               |                   |         |                  |                                          |
|                               |                     | САЛАТ СТОЛИЧНЫЙ                | 60     | 18,76         | 3                 | 6,9     | 6,5              | 100                                      |
| 2011                          | 83                  | БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ              | 250    | 29,00         | 7,5               | 10,4    | 15,8             | 189                                      |
| 2008                          | 239                 | КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ                 | 90     | 37,07         | 13,1              | 11,3    | 7,8              | 184                                      |
| 2008                          | 331                 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ    | 150    | 9,16          | 5,4               | 4,7     | 35               | 204                                      |
| 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                         |                     |                                |        | 106,53        | 33,4              | 33,9    | 113,4            | 893                                      |
| 5-9 ОБЗ завтрак               |                     |                                |        |               |                   |         |                  |                                          |
| 2008                          | 214                 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ              | 200    | 68,84         | 19,6              | 34,9    | 3,6              | 405                                      |
| 2008                          |                     | ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ                | 25     | 14,50         | 0,2               |         | 0,4              | 3                                        |
| 2008                          | 430                 | ЧАЙ С САХАРОМ                  | 185/15 | 2,45          | 0,2               |         | 15               | 61                                       |
| 2008                          |                     | БАТОН                          | 40     | 4,80          | 3,2               | 0,4     | 19,6             | 95                                       |
| 2011                          | 338                 | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ                  | 100    | 26,00         | 0,4               | 0,4     | 9,5              | 46                                       |
| 2008                          | 13                  | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)               | 10     | 9,00          | 0,1               | 8,3     | 0,1              | 75                                       |
| Итого                         |                     |                                |        | 125,59        | 23,7              | 44      | 48,2             | 685                                      |
| 5-9 ОБЗ обед                  |                     |                                |        |               |                   |         |                  |                                          |
|                               |                     | САЛАТ СТОЛИЧНЫЙ                | 60     | 18,72         | 3                 | 6,9     | 6,4              | 100                                      |
| 2011                          | 83                  | БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ              | 250    | 28,88         | 7,5               | 10,9    | 15,7             | 191                                      |
| 2008                          | 239                 | КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ                 | 90     | 37,07         | 10,4              | 8       | 7,8              | 144                                      |
| 2008                          | 331                 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ    | 180    | 11,19         | 6,5               | 5,8     | 42               | 246                                      |
| 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                                       |
| 2008                          |                     | ЯБЛОКО                         | 200    | 52,00         | 0,8               | 0,8     | 19,6             | 94                                       |
| Итого                         |                     |                                |        | 160,41        | 32,6              | 33      | 139,8            | 991                                      |
| ГПД                           |                     |                                |        |               |                   |         |                  |                                          |
| 2011                          | 425                 | БУЛОЧКА С ПОВИДЛОМ ОБСЫПНАЯ    | 100    | 17,17         | 6,9               | 8,9     | 59,5             | 345                                      |
| 2008                          | 430                 | ЧАЙ С САХАРОМ                  | 185/15 | 2,45          | 0,2               |         | 15               | 61                                       |
| Итого                         |                     |                                |        | 19,62         | 7,1               | 8,9     | 74,5             | 406                                      |

Зав.производством \_\_\_\_\_ Пех Н.Е.

повар \_\_\_\_\_ Корнилова Е.Н.