Утверждаю

Директор
МБОУ ООШ № 2 г. Углегорска
_____ /Шестак А.В./

МЕНЮ

12 декабря 2023 г.

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
1-4 завтрак								
2008	239	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	90	36,95	13,1	11	7,7	181
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	9,15	5,4	4,7	34,9	204
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	2,45	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				**54,10**	**23**	**16,2**	**85,4**	**578**
5-9 тжс завтрак								
		САЛАТ СТОЛИЧНЫЙ	60	18,59	2,9	7,3	6,4	103
2008	239	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	90	36,95	10,4	8,3	8	148
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	9,64	5,4	5,2	34,9	208
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				**77,91**	**23,2**	**21,4**	**97,6**	**675**
5-9 иные завтрак								
2008	239	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	90	36,95	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				**60,55**	**24**	**17,3**	**97,8**	**642**
1-4 ОВЗ завтрак								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	51,31	14,7	25,8	2,8	302
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	25	14,50	0,2		0,4	3
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
2011	338	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	26,00	0,4	0,4	9,5	46
Итого				**99,14**	**18,7**	**26,6**	**47,9**	**509**
1-4 ОВЗ обед								
		САЛАТ СТОЛИЧНЫЙ	60	18,68	2,9	7,4	6,5	105
2011	83	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ	250	29,20	7,4	11,1	16	197
2008	239	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	90	36,87	13,1	11	7,5	180
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	155	9,82	5,5	5,3	35,2	210
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ ЯГОД	205	7,23	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				**107,36**	**33,4**	**35,4**	**113,5**	**908**
5-9 ОВЗ завтрак								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200	68,84	19,6	34,9	3,6	405
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	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
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	9,00	0,1	8,3	0,1	75
2008		ЯБЛОКО	100	26,00	0,4	0,4	9,8	47
Итого				**125,59**	**23,7**	**44**	**48,5**	**686**
5-9 ОВЗ обед								
		САЛАТ СТОЛИЧНЫЙ	60	18,72	3	6,9	6,4	100
2011	83	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ	250	29,20	7,5	10,9	15,7	191
2008	239	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	90	36,95	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
Итого				**108,61**	**31,8**	**32,2**	**120,2**	**897**
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.