Утверждаю

директор школы МБОУ "ШДС им. Рикорда"

/Мокина Анастасия Сергеевна/

МЕНЮ 15 января 2024 г.

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена,	Химический состав			Энерге- тическая
			Быход	руб.	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	ценность, ккал
		1-4 кл (7-11 лет) Завтрак						
2011	185	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ, МАННАЯ, ПШЕННАЯ, ПШЕНИЧНАЯ С СОУСОМ ИЗ	250	51,27	5,7	15,9	79,3	474
2008	ПП	ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	30	2,45	2,1	0,5	13,3	64
2008	359	КИСЕЛЬ ИЗ СОКА ПЛОДОВОГО ИЛИ ЯГОДНОГО С САХАРОМ	200	6,34	۷,۱	0,5	22,5	89
2011	338	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	34,10	0,4	0,4	9,8	47
Итого				94,16				
		ОВЗ (7-11 лет)						
2012	49	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ И МОРСКОЙ КАПУСТЫ	60	14,86	1	3	5,1	52
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	20,08	1,8	4,1	12,6	92
2011	185	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ, МАННАЯ, ПШЕННАЯ, ПШЕНИЧНАЯ С СОУСОМ ИЗ	250	63,43	8,9	18,9	79,4	512
		ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ		73,22		,		
2012	288 ∏∏	УЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	110 30	3,59	10,4 2,1	11 0,5	7,5 13,3	168 64
2008	310	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	30,11	2,1			139
2008	ПП	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	50	5,13	3,5		22,3	107
2011	359	КИСЕЛЬ ИЗ СОКА ПЛОДОВОГО ИЛИ ЯГОДНОГО С САХАРОМ	200	6,34	0,0	0,1	22,5	89
2011	348	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СУШЕНЫХ С-Витаминизация	200	17,76	0,5	0,1	28,8	118
2011	338	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	34,20	,			
Итого				268,72	31,5	43,3	223,4	1388
		5-11 кл.Многодетные (12 лет и старі	ше) Завтра	ıĸ				
2044	405	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ, МАННАЯ, ПШЕННАЯ, ПШЕНИЧНАЯ С СОУСОМ ИЗ	300		10	20	00.0	500
2011	185	ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ			_			588
2008	ПП	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	50	5,13	3,5	0,7	22,1	107
2011	359	КИСЕЛЬ ИЗ СОКА ПЛОДОВОГО ИЛИ ЯГОДНОГО С САХАРОМ	200	6,34			22,5	
2011	338	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	34,20			9,8	
Итого		F 44 (40) 2		118,11	13,9	23,1	145,3	831
	ı	5-11 кл (12 лет и старше) Зав Запеканка рисовая, манная, пшенная, пшеничная с соусом из	трак		ı	ı	ı	П
2011	185	ЗАПЕКАПКА РИСОВАЯ, МАППАЯ, ПШЕППАЯ, ПШЕПИЧПАЯ С СОУСОМ ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ	300	60,55	6,7	19	90,7	548
2008	ПП	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	50	4,13	3,5	0,7	22,1	107
2011	359	КИСЕЛЬ ИЗ СОКА ПЛОДОВОГО ИЛИ ЯГОДНОГО С САХАРОМ	200	6,38	,	-,	22,6	
2011	338	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	34,08	0,4	0,4	9,8	47
Итого				105,14	10,6	20,1	145,2	791
		1-4 кл (7-11 лет) Обед						
2012	49	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ И МОРСКОЙ КАПУСТЫ	60	14,86	1	3	5,1	52
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	19,97	1,8	4,1	12,6	92
2012	288	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	110	72,81	10,4	11	7,5	168
2011	310	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	30,48	-,-			139
2008	ПП	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	50	4,15	,	0,7	22,2	107
2011	348	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СУШЕНЫХ С-Витаминизация	200	17,76	,		28,8	118
Итого		F 44 (40	<u> </u>	160,02	20,1	23,5	98,5	676
		5-11 кл (12 лет и старше) Об		0.4.70				
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ И МОРСКОЙ КАПУСТЫ	100					
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	250	24,90	,			
2012	288 310	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	140 180	86,85 36,48	,	13,2 5,6	8,7 26,8	199 167
2008	310 ΠΠ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	50	4,14	,		20,8	107
2011	348	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СУШЕНЫХ С-Витаминизация	200	17,76	-,-		28,8	
Итого	340	ROMINOT FIO TOTOLOGO FINIFI THE OCCUPANTA OF DEFINIFICACIÓN	200	194,86				793
		Персонал (12 лет и старше) (Обел	.,,,,,,			,,,	
2012	49	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ И МОРСКОЙ КАПУСТЫ	100	24,73	1,4	5,1	8,5	87
2012	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	24,90	,			
2012	288	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	140	87,04	12,6		8,7	200
2011	310	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	180	36,48		5,6		167
2008	ПП	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	50	4,14	3,5	0,7	22,1	107
2011	348	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СУШЕНЫХ С-Витаминизация	200	17,76			28,8	
Итого			•	195,05				