

Утверждаю

директор школы
МБОУ "ШДС им. Рикорда"
_____/Мокина Анастасия Сергеевна/

МЕНЮ
19 марта 2024 г.

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
1-4 кл (7-11 лет) Завтрак								
<i>Завтрак</i>								
2011	185	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ, МАННАЯ, ПШЕННАЯ, ПШЕНИЧНАЯ С СОУСОМ ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ	250	53,93	5,60	15,90	79,40	475,00
2008	ПП	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	50	4,07	3,60	0,70	22,10	107,00
2011	359	КИСЕЛЬ ИЗ СОКА ПЛОДОВОГО ИЛИ ЯГОДНОГО С САХАРОМ	200	6,34	0,00	0,00	22,50	89,00
Итого				64,33	9,20	16,60	124,00	671,00
ОВЗ (7-11 лет)								
<i>Завтрак</i>								
2011	185	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ, МАННАЯ, ПШЕННАЯ, ПШЕНИЧНАЯ С СОУСОМ ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ	250	54,30	5,60	16,10	79,60	478,00
2008	ПП	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	50	5,13	3,70	1,40	23,20	118,00
2011	359	КИСЕЛЬ ИЗ СОКА ПЛОДОВОГО ИЛИ ЯГОДНОГО С САХАРОМ	200	6,34	0,00	0,00	22,50	89,00
<i>Обед</i>								
2012	49	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ И МОРСКОЙ КАПУСТЫ	60	14,86	0,90	3,10	5,10	52,00
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	20,08	1,80	4,10	12,70	92,00
2012	288	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	110	73,22	10,50	11,00	7,40	167,00
2011	310	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	30,11	2,90	4,40	22,40	138,00
2008	ПП	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	50	5,13	3,70	1,40	23,20	118,00
2011	348	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СУШЕНЫХ С-Витаминизация	200	17,76	0,50	0,10	28,70	118,00
Итого				226,93	29,60	41,60	224,80	1 370,00
5-11 кл. Многолетние (12 лет и старше) Завтрак								
<i>Завтрак</i>								
2011	185	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ, МАННАЯ, ПШЕННАЯ, ПШЕНИЧНАЯ С СОУСОМ ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ	300	61,22	6,70	19,00	90,80	552,00
2008	ПП	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	50	5,13	3,70	1,40	23,20	118,00
2011	359	КИСЕЛЬ ИЗ СОКА ПЛОДОВОГО ИЛИ ЯГОДНОГО С САХАРОМ	200	6,34	0,00	0,00	22,50	89,00
Итого				72,69	10,40	20,40	136,50	759,00
5-11 кл (12 лет и старше) Завтрак								
<i>Завтрак</i>								
2011	185	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ, МАННАЯ, ПШЕННАЯ, ПШЕНИЧНАЯ С СОУСОМ ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ	300	57,98	6,70	18,90	90,60	550,00
2008	ПП	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	50	4,13	3,60	0,70	22,20	107,00
2011	359	КИСЕЛЬ ИЗ СОКА ПЛОДОВОГО ИЛИ ЯГОДНОГО С САХАРОМ	200	6,34	0,00	0,00	22,50	89,00
Итого				68,45	10,30	19,60	135,30	746,00
1-4 кл (7-11 лет) Обед								
<i>Обед</i>								
2012	49	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ И МОРСКОЙ КАПУСТЫ	60	14,83	0,90	3,10	5,10	52,00
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	19,96	1,80	4,10	12,60	92,00
2012	288	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	110	72,98	10,50	11,10	7,50	168,00
2011	310	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	30,51	2,90	4,70	22,30	139,00
2008	ПП	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	50	4,09	3,60	0,70	22,20	107,00
2011	348	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СУШЕНЫХ С-Витаминизация	200	17,76	0,50	0,10	28,70	118,00
Итого				160,14	20,20	23,80	98,40	676,00
5-11 кл (12 лет и старше) Обед								
<i>Обед</i>								
2012	49	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ И МОРСКОЙ КАПУСТЫ	100	24,71	1,50	5,10	8,50	86,00
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	24,90	2,20	5,10	15,70	115,00
2012	288	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	140	86,87	12,60	13,20	8,70	199,00
2011	310	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	180	36,53	3,50	5,60	26,80	167,00
2008	ПП	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	50	4,05	3,60	0,70	22,10	107,00
2011	348	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СУШЕНЫХ С-Витаминизация	200	17,76	0,50	0,10	28,70	118,00
Итого				194,82	23,90	29,80	110,50	792,00
Персонал (12 лет и старше) Обед								
<i>Обед</i>								
2012	49	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ И МОРСКОЙ КАПУСТЫ	100	24,76	1,50	5,10	8,50	86,00
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	24,91	2,20	5,10	15,70	115,00
2012	288	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	140	87,14	12,70	13,30	8,90	201,00
2011	310	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	180	36,70	3,50	5,60	26,80	168,00
2008	ПП	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	50	4,14	3,60	0,80	22,20	108,00
2011	348	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СУШЕНЫХ С-Витаминизация	200	17,76	0,50	0,10	28,70	118,00
Итого				195,40	24,00	30,00	110,80	796,00