

Утверждаю

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

МЕНЮ
1 апреля 2024 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 кл (7-11 лет) Завтрак								
<i>Завтрак</i>								
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	15,00	0,10	7,30	0,10	66,00
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	15,20	3,50	4,40	0,00	55,00
2008	184	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	150	34,01	5,80	8,10	36,30	236,00
2008	ПП	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	30	2,41	2,10	0,40	13,20	64,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	16,74	3,70	2,90	22,90	131,00
2011	338	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	34,10	0,40	0,40	9,80	47,00
Итого				117,46	15,60	23,50	82,30	599,00
ОВЗ (7-11 лет)								
<i>Завтрак</i>								
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	15,00	0,10	7,30	0,10	66,00
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	15,20	3,50	4,40	0,00	55,00
2008	184	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	150	34,27	5,80	8,20	36,50	238,00
2008	ПП	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	30	3,59	2,30	1,20	14,30	76,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	23,80	3,70	2,90	22,90	131,00
2011	338	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	34,20	0,40	0,40	9,80	47,00
<i>Обед</i>								
2011	49	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2 ВАРИАНТ)	60	19,14	1,10	4,10	6,10	66,00
2011	88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	32,43	1,50	3,90	6,90	68,00
2011	297	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУР ИЛИ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ	90	49,28	12,70	17,10	8,10	228,00
2011	145	КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ С ЛУКОМ	150	34,93	3,20	10,20	21,70	190,00
2008	ПП	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	50	5,13	3,70	1,40	23,20	118,00
2011	344	КОМПОТ ИЗ КРЫЖОВНИКА И ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ	200	16,30	0,30	0,10	20,10	83,00
Итого				283,27	38,30	61,20	169,70	1 366,00
5-11 кл. Многолетные (12 лет и старше) Завтрак								
<i>Завтрак</i>								
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	15,00	0,10	7,30	0,10	66,00
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	15,20	3,50	4,40	0,00	55,00
2008	184	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	200	45,32	7,70	10,70	49,00	316,00
2008	ПП	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	50	5,13	3,70	1,40	23,20	118,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	23,80	3,70	2,90	22,90	131,00
2011	338	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	34,20	0,40	0,40	9,80	47,00
Итого				138,65	19,10	27,10	105,00	733,00
5-11 кл (12 лет и старше) Завтрак								
<i>Завтрак</i>								
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	15,00	0,10	7,30	0,10	66,00
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	15,20	3,50	4,40	0,00	55,00
2008	184	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	200	45,32	7,70	10,70	48,60	314,00
2008	ПП	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	50	4,13	3,60	0,70	22,20	107,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	23,80	3,70	2,90	22,90	131,00
2011	338	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	34,13	0,40	0,40	9,80	47,00
Итого				137,57	19,00	26,40	103,60	720,00
1-4 кл (7-11 лет) Обед								
<i>Обед</i>								
2011	49	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2 ВАРИАНТ)	60	18,80	1,10	3,70	6,10	62,00
2011	88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	30,10	1,50	3,90	6,90	67,00
2011	297	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУР ИЛИ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ	90	49,49	12,60	17,20	8,20	229,00
2011	145	КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ С ЛУКОМ	150	33,41	3,20	10,10	21,50	189,00
2008	ПП	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	50	4,09	3,60	0,70	22,20	107,00
2011	344	КОМПОТ ИЗ КРЫЖОВНИКА И ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ	200	16,30	0,30	0,10	20,10	83,00
Итого				152,19	22,30	35,70	85,00	737,00
5-11 кл (12 лет и старше) Обед								
<i>Обед</i>								
2011	49	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2 ВАРИАНТ)	100	31,33	1,80	6,10	10,20	103,00
2011	88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250	37,42	1,90	4,90	8,60	84,00
2011	297	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУР ИЛИ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ	100	55,07	14,00	19,20	9,10	254,00
2011	145	КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ С ЛУКОМ	180	40,75	3,80	12,20	25,80	227,00
2008	ПП	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	50	4,04	3,60	0,70	22,10	107,00
2011	344	КОМПОТ ИЗ КРЫЖОВНИКА И ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ	200	16,30	0,30	0,10	20,10	83,00
Итого				184,90	25,40	43,20	95,90	858,00
Персонал (12 лет и старше) Обед								
<i>Обед</i>								
2011	49	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2 ВАРИАНТ)	100	31,43	1,80	6,10	10,20	104,00
2011	88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250	37,75	1,90	4,90	8,60	84,00
2011	297	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУР ИЛИ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ	100	55,18	14,10	19,20	9,10	255,00
2011	145	КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ С ЛУКОМ	180	40,83	3,90	12,30	25,80	228,00
2008	ПП	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	50	4,13	3,60	0,80	22,20	108,00
2011	344	КОМПОТ ИЗ КРЫЖОВНИКА И ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ	200	16,30	0,30	0,10	20,10	83,00
Итого				185,62	25,60	43,40	96,00	862,00