

Утверждаю

директор школы

МБОУ "ШДС им. Рикорда"

_____/Мокина Анастасия Сергеевна/

МЕНЮ
4 апреля 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>								
2012	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	50	32,75	1,40	2,60	2,90	40,00
2011	210	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	71,96	12,10	24,70	2,40	268,00
2008	ПП	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	30	2,41	2,10	0,40	13,20	64,00
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	4,91	0,10	0,00	12,70	52,00
2011	338	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	34,10	0,40	0,40	9,80	47,00
Итого				146,14	16,10	28,10	41,00	471,00
ОВЗ (7-11 лет)								
<i>Завтрак</i>								
2012	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	50	34,92	1,40	3,10	2,90	44,00
2011	210	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	71,87	12,10	24,70	2,40	268,00
2008	ПП	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	30	3,59	2,30	1,20	14,30	76,00
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	5,72	0,30	0,00	13,30	55,00
2011	338	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	34,20	0,40	0,40	9,80	47,00
Итого				150,30	16,50	29,40	42,70	490,00
5-11 кл. Многолетние (12 лет и старше) Завтрак								
<i>Завтрак</i>								
2012	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	50	34,92	1,40	3,10	2,90	44,00
2011	210	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200	95,75	16,10	32,90	3,20	357,00
2008	ПП	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	50	5,13	3,70	1,40	23,20	118,00
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	5,72	0,30	0,00	13,30	55,00
2011	338	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	34,20	0,40	0,40	9,80	47,00
Итого				175,72	21,90	37,80	52,40	621,00
5-11 кл (12 лет и старше) Завтрак								
<i>Завтрак</i>								
2012	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	50	32,30	1,40	2,60	2,80	40,00
2011	210	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200	95,80	16,00	33,00	3,20	358,00
2008	ПП	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	50	4,13	3,60	0,70	22,20	107,00
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	4,97	0,20	0,00	12,60	52,00
2011	338	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	34,13	0,40	0,40	9,80	47,00
Итого				171,33	21,60	36,70	50,60	604,00