

Утверждаю

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

МЕНЮ
8 апреля 2024 г.

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Цена, руб. | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|---|---------------|--|--------|---------------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
| | | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | |
| 1-4 кл (7-11 лет) Завтрак | | | | | | | | |
| <i>Завтрак</i> | | | | | | | | |
| 2011 | 14 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 10 | 15,00 | 0,10 | 8,30 | 0,10 | 75,00 |
| 2011 | 183 | КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ | 180 | 39,39 | 7,50 | 10,50 | 27,80 | 229,00 |
| 2008 | ПП | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ | 30 | 2,45 | 2,10 | 0,50 | 13,30 | 64,00 |
| 2011 | 376 | ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ | 200/15 | 2,77 | 0,10 | 0,00 | 13,80 | 55,00 |
| 2011 | 338 | ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ | 100 | 34,10 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| Итого | | | | 93,71 | 10,20 | 19,70 | 64,80 | 470,00 |
| ОВЗ (7-11 лет) | | | | | | | | |
| <i>Завтрак</i> | | | | | | | | |
| 2011 | 14 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 10 | 15,00 | 0,10 | 8,30 | 0,10 | 75,00 |
| 2011 | 183 | КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ | 180 | 40,08 | 7,50 | 10,90 | 27,80 | 233,00 |
| 2008 | ПП | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ | 30 | 3,59 | 2,30 | 1,20 | 14,30 | 76,00 |
| 2011 | 376 | ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ | 200/15 | 3,30 | 0,20 | 0,00 | 14,00 | 56,00 |
| 2011 | 338 | ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ | 100 | 34,20 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| <i>Обед</i> | | | | | | | | |
| 2020 | ПП | ТОМАТЫ В СОБСТВЕННОМ СОКУ | 60 | 30,00 | 0,60 | 0,00 | 3,90 | 11,00 |
| 2011 | 82 | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ | 200 | 37,50 | 1,80 | 5,00 | 10,00 | 94,00 |
| 2011 | 297 | ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУР ИЛИ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ | 90 | 49,28 | 12,70 | 17,10 | 8,10 | 228,00 |
| 2011 | 127 | КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ | 150 | 31,37 | 3,30 | 6,10 | 17,50 | 134,00 |
| 2008 | ПП | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ | 50 | 5,13 | 3,70 | 1,40 | 23,20 | 118,00 |
| 2011 | 342.1 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (1-ЫЙ ВАРИАНТ) | 200 | 16,30 | 0,30 | 0,10 | 20,10 | 83,00 |
| Итого | | | | 265,75 | 32,90 | 50,50 | 148,80 | 1 155,00 |
| 5-11 кл. Многолетние (12 лет и старше) Завтрак | | | | | | | | |
| <i>Завтрак</i> | | | | | | | | |
| 2011 | 14 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 10 | 15,00 | 0,10 | 8,30 | 0,10 | 75,00 |
| 2011 | 183 | КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ | 220 | 48,84 | 9,10 | 13,30 | 33,50 | 282,00 |
| 2008 | ПП | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ | 50 | 5,13 | 3,70 | 1,40 | 23,20 | 118,00 |
| 2011 | 376 | ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ | 200/15 | 3,30 | 0,20 | 0,00 | 14,00 | 56,00 |
| 2011 | 338 | ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ | 100 | 34,20 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| Итого | | | | 106,47 | 13,50 | 23,40 | 80,60 | 578,00 |
| 5-11 кл (12 лет и старше) Завтрак | | | | | | | | |
| <i>Завтрак</i> | | | | | | | | |
| 2011 | 14 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 10 | 15,00 | 0,10 | 8,30 | 0,10 | 75,00 |
| 2011 | 183 | КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ | 220 | 48,41 | 9,10 | 13,00 | 34,00 | 282,00 |
| 2008 | ПП | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ | 50 | 4,26 | 3,60 | 0,70 | 22,40 | 108,00 |
| 2011 | 376 | ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ | 200/15 | 2,90 | 0,10 | 0,00 | 13,90 | 55,00 |
| 2011 | 338 | ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ | 100 | 34,10 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| Итого | | | | 104,67 | 13,30 | 22,40 | 80,20 | 567,00 |
| 1-4 кл (7-11 лет) Обед | | | | | | | | |
| <i>Обед</i> | | | | | | | | |
| 2020 | ПП | ТОМАТЫ В СОБСТВЕННОМ СОКУ | 60 | 30,00 | 0,60 | 0,00 | 3,90 | 11,00 |
| 2011 | 82 | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ | 200 | 34,02 | 1,80 | 5,00 | 10,00 | 93,00 |
| 2011 | 297 | ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУР ИЛИ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ | 90 | 49,28 | 12,70 | 17,10 | 8,10 | 228,00 |
| 2011 | 127 | КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ | 150 | 31,35 | 3,20 | 6,10 | 17,50 | 134,00 |
| 2008 | ПП | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ | 50 | 4,15 | 3,60 | 0,70 | 22,30 | 107,00 |
| 2011 | 342.1 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (1-ЫЙ ВАРИАНТ) | 200 | 16,30 | 0,30 | 0,10 | 20,10 | 83,00 |
| Итого | | | | 165,10 | 22,20 | 29,00 | 81,90 | 656,00 |
| 5-11 кл (12 лет и старше) Обед | | | | | | | | |
| <i>Обед</i> | | | | | | | | |
| 2020 | ПП | ТОМАТЫ В СОБСТВЕННОМ СОКУ | 100 | 50,00 | 1,00 | 0,00 | 6,50 | 18,00 |
| 2011 | 82 | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ | 250 | 42,73 | 2,20 | 6,30 | 12,50 | 117,00 |
| 2011 | 297 | ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУР ИЛИ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ | 110 | 60,28 | 15,50 | 21,00 | 9,90 | 278,00 |
| 2011 | 127 | КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ | 180 | 37,57 | 3,90 | 7,30 | 21,00 | 161,00 |
| 2008 | ПП | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ | 50 | 4,07 | 3,60 | 0,70 | 22,10 | 107,00 |
| 2011 | 342.1 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (1-ЫЙ ВАРИАНТ) | 200 | 16,30 | 0,30 | 0,10 | 20,10 | 83,00 |
| Итого | | | | 210,95 | 26,50 | 35,40 | 92,10 | 764,00 |
| Персонал (12 лет и старше) Обед | | | | | | | | |
| <i>Обед</i> | | | | | | | | |
| 2020 | ПП | ТОМАТЫ В СОБСТВЕННОМ СОКУ | 100 | 50,00 | 1,00 | 0,00 | 6,50 | 18,00 |
| 2011 | 82 | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ | 250 | 43,01 | 2,20 | 6,30 | 12,60 | 117,00 |
| 2011 | 297 | ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУР ИЛИ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ | 110 | 60,33 | 15,50 | 21,00 | 10,00 | 279,00 |
| 2011 | 127 | КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ | 180 | 37,62 | 3,90 | 7,30 | 21,00 | 161,00 |
| 2008 | ПП | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ | 50 | 4,14 | 3,60 | 0,80 | 22,20 | 108,00 |
| 2011 | 342.1 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (1-ЫЙ ВАРИАНТ) | 200 | 17,04 | 0,20 | 0,20 | 25,40 | 103,00 |
| Итого | | | | 212,15 | 26,40 | 35,60 | 97,70 | 786,00 |