

Утверждаю

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

МЕНЮ
25 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 | 14 | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 10 | 10,13 | 2,30 | 2,90 | 0,00 | 36,00 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 10 | 15,00 | 0,10 | 7,30 | 0,10 | 66,00 |
| 2008 | 189 | КАША ОВСЯНАЯ "ТЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ | 230 | 34,80 | 7,30 | 10,60 | 28,60 | 233,00 |
| 2008 | ПП | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ | 50 | 4,07 | 3,60 | 0,70 | 22,10 | 107,00 |
| 2011 | 378 | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 200 | 10,47 | 1,50 | 1,20 | 16,20 | 80,00 |
| Итого | | | | 74,47 | 14,80 | 22,70 | 67,00 | 522,00 |
| ОВЗ (7-11 лет) | | | | | | | | |
| <i>Завтрак</i> | | | | | | | | |
| 2008 | 14 | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 10 | 10,45 | 2,40 | 3,00 | 0,00 | 37,00 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 10 | 15,00 | 0,10 | 7,30 | 0,10 | 66,00 |
| 2008 | 189 | КАША ОВСЯНАЯ "ТЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ | 230 | 35,40 | 7,20 | 10,90 | 28,80 | 236,00 |
| 2008 | ПП | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ | 50 | 5,13 | 3,70 | 1,40 | 23,20 | 118,00 |
| 2011 | 378 | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 200 | 10,95 | 1,60 | 1,20 | 16,20 | 81,00 |
| <i>Обед</i> | | | | | | | | |
| 2011 | 71 | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ | 60 | 18,20 | 0,50 | 0,10 | 1,50 | 8,00 |
| 2011 | 104 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ | 200 | 44,17 | 5,40 | 5,30 | 15,90 | 132,00 |
| 2012 | 298 | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ | 200 | 120,94 | 13,90 | 14,50 | 20,80 | 273,00 |
| 2008 | ПП | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ | 50 | 5,13 | 3,70 | 1,40 | 23,20 | 118,00 |
| 2011 | 348 | КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СУШЕНЫХ | 200 | 13,76 | 0,50 | 0,10 | 30,20 | 123,00 |
| Итого | | | | 279,13 | 39,00 | 45,20 | 159,90 | 1 192,00 |
| 5-11 кл. Многодетные (12 лет и старше) Завтрак | | | | | | | | |
| <i>Завтрак</i> | | | | | | | | |
| 2008 | 14 | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 10 | 10,45 | 2,40 | 3,00 | 0,00 | 37,00 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 10 | 15,00 | 0,10 | 7,30 | 0,10 | 66,00 |
| 2008 | 189 | КАША ОВСЯНАЯ "ТЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ | 280 | 42,14 | 8,90 | 12,80 | 35,40 | 285,00 |
| 2008 | ПП | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ | 50 | 5,13 | 3,70 | 1,40 | 23,20 | 118,00 |
| 2011 | 378 | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 200 | 10,95 | 1,60 | 1,20 | 16,20 | 81,00 |
| Итого | | | | 83,67 | 16,70 | 25,70 | 74,90 | 587,00 |
| 5-11 кл (12 лет и старше) Завтрак | | | | | | | | |
| <i>Завтрак</i> | | | | | | | | |
| 2008 | 14 | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 10 | 10,13 | 2,30 | 2,90 | 0,00 | 36,00 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 10 | 15,00 | 0,10 | 7,30 | 0,10 | 66,00 |
| 2008 | 189 | КАША ОВСЯНАЯ "ТЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ | 280 | 42,50 | 8,90 | 13,00 | 34,70 | 284,00 |
| 2008 | ПП | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ | 50 | 4,07 | 3,60 | 0,70 | 22,10 | 107,00 |
| 2011 | 378 | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 200 | 10,60 | 1,50 | 1,20 | 16,30 | 81,00 |
| Итого | | | | 82,30 | 16,40 | 25,10 | 73,20 | 574,00 |
| 1-4 кл (7-11 лет) Обед | | | | | | | | |
| <i>Обед</i> | | | | | | | | |
| 2011 | 71 | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ | 60 | 18,06 | 0,50 | 0,10 | 1,50 | 8,00 |
| 2011 | 104 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ | 200 | 44,15 | 5,40 | 5,30 | 15,90 | 133,00 |
| 2012 | 298 | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ | 200 | 121,26 | 13,90 | 14,50 | 20,80 | 275,00 |
| 2008 | ПП | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ | 50 | 4,07 | 3,60 | 0,70 | 22,10 | 107,00 |
| 2011 | 348 | КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СУШЕНЫХ | 200 | 13,12 | 0,50 | 0,10 | 30,20 | 123,00 |
| Итого | | | | 200,66 | 23,90 | 20,70 | 90,50 | 646,00 |
| 5-11 кл (12 лет и старше) Обед | | | | | | | | |
| <i>Обед</i> | | | | | | | | |
| 2011 | 71 | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ | 100 | 30,12 | 0,80 | 0,10 | 2,50 | 14,00 |
| 2011 | 104 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ | 250 | 55,26 | 6,70 | 6,70 | 19,90 | 166,00 |
| 2012 | 298 | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ | 250 | 151,64 | 17,30 | 18,20 | 25,90 | 343,00 |
| 2008 | ПП | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ | 50 | 4,04 | 3,60 | 0,70 | 22,10 | 107,00 |
| 2011 | 348 | КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СУШЕНЫХ | 200 | 13,12 | 0,50 | 0,10 | 30,20 | 123,00 |
| Итого | | | | 254,18 | 28,90 | 25,80 | 100,60 | 753,00 |
| Персонал (12 лет и старше) Обед | | | | | | | | |
| <i>Обед</i> | | | | | | | | |
| 2011 | 71 | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ | 100 | 30,12 | 0,80 | 0,10 | 2,50 | 14,00 |
| 2011 | 104 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ | 250 | 55,31 | 6,70 | 6,70 | 19,90 | 166,00 |
| 2012 | 298 | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ | 250 | 151,72 | 17,30 | 18,20 | 25,90 | 343,00 |
| 2008 | ПП | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ | 50 | 4,13 | 3,60 | 0,70 | 22,20 | 107,00 |
| 2011 | 348 | КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СУШЕНЫХ | 200 | 13,12 | 0,50 | 0,10 | 30,20 | 123,00 |
| Итого | | | | 254,39 | 28,90 | 25,80 | 100,70 | 753,00 |
| Ясли 1-3 года | | | | | | | | |
| <i>Завтрак</i> | | | | | | | | |
| 2008 | 14 | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 10 | 9,98 | 2,30 | 2,90 | 0,00 | 36,00 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | 7,50 | 0,00 | 3,60 | 0,10 | 33,00 |
| 2008 | 189 | КАША ОВСЯНАЯ "ТЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ | 140 | 21,00 | 4,40 | 6,40 | 17,30 | 141,00 |
| 2008 | ПП | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ | 30 | 2,90 | 2,20 | 0,70 | 13,50 | 68,00 |
| 2011 | 378 | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 180 | 9,39 | 1,40 | 1,10 | 14,50 | 72,00 |
| <i>II Завтрак</i> | | | | | | | | |
| 2008 | | ЯБЛОКО | 100 | 34,05 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| <i>Обед</i> | | | | | | | | |
| 2011 | 71 | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ | 30 | 9,10 | 0,20 | 0,00 | 0,80 | 4,00 |
| 2011 | 104 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ | 150 | 32,91 | 4,00 | 3,90 | 11,90 | 99,00 |
| 2012 | 298 | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ | 150 | 96,88 | 10,90 | 11,90 | 14,10 | 212,00 |
| 2008 | ПП | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ | 40 | 3,67 | 2,90 | 0,80 | 18,00 | 89,00 |
| 2011 | 348 | КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СУШЕНЫХ | 150 | 9,92 | 0,30 | 0,10 | 22,60 | 92,00 |
| <i>Полдник</i> | | | | | | | | |
| 2011 | 425 | БУЛОЧКА ДОРОЖНАЯ | 50 | 18,04 | 3,50 | 7,00 | 26,20 | 177,00 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 150 | 2,95 | 0,20 | 0,00 | 11,70 | 47,00 |
| Итого | | | | 258,27 | 32,70 | 38,80 | 160,50 | 1 117,00 |
| Сад 3-7 лет | | | | | | | | |
| <i>Завтрак</i> | | | | | | | | |
| 2008 | 14 | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 10 | 10,17 | 2,30 | 3,00 | 0,00 | 36,00 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 10 | 15,00 | 0,10 | 8,30 | 0,10 | 75,00 |
| 2008 | 189 | КАША ОВСЯНАЯ "ТЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ | 160 | 24,07 | 5,10 | 7,30 | 19,80 | 161,00 |
| 2008 | ПП | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ | 30 | 2,44 | 2,10 | 0,40 | 13,30 | 64,00 |
| 2011 | 378 | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 200 | 10,50 | 1,50 | 1,20 | 16,20 | 80,00 |
| <i>II Завтрак</i> | | | | | | | | |
| 2008 | | ЯБЛОКО | 100 | 34,08 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| <i>Обед</i> | | | | | | | | |
| 2011 | 71 | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ | 50 | 15,06 | 0,40 | 0,10 | 1,30 | 7,00 |
| 2011 | 104 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ | 180 | 39,70 | 4,90 | 4,80 | 14,30 | 119,00 |
| 2012 | 298 | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ | 170 | 103,07 | 11,80 | 12,30 | 17,60 | 233,00 |
| 2008 | ПП | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ | 50 | 4,09 | 3,60 | 0,70 | 22,10 | 107,00 |
| 2011 | 348 | КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СУШЕНЫХ | 180 | 11,84 | 0,40 | 0,10 | 27,10 | 110,00 |
| <i>Полдник</i> | | | | | | | | |
| 2011 | 425 | БУЛОЧКА ДОРОЖНАЯ | 70 | 24,14 | 4,70 | 9,80 | 36,70 | 247,00 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 3,24 | 0,20 | 0,00 | 13,60 | 55,00 |
| Итого | | | | 297,40 | 37,50 | 48,40 | 191,90 | 1 341,00 |