

Утверждаю

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

МЕНЮ
26 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>								
2011	209	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	15,00	4,20	3,80	0,20	49,00
2011	174	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА, ЯЧНЕВОЙ, КУКУРУЗНОЙ И ПЕРЛОВОЙ КРУП	210	36,61	5,60	10,20	42,70	280,00
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								
66,15 14,90 15,90 81,20 516,00								
ОВЗ (7-11 лет)								
<i>Завтрак</i>								
2011	209	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	15,00	4,20	3,80	0,20	49,00
2011	174	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА, ЯЧНЕВОЙ, КУКУРУЗНОЙ И ПЕРЛОВОЙ КРУП	210	36,50	5,60	10,20	42,80	280,00
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								
190,78 40,20 42,00 172,60 1 203,00								
Обед								
2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ	60	19,95	0,70	0,10	2,30	15,00
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ С МЯСОМ	200	32,69	3,20	5,10	9,90	96,00
2011	290	ПТИЦА ИЛИ КРОЛИК, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	90	35,93	12,00	14,30	1,40	175,00
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	20,60	5,50	4,50	33,40	192,00
2008	ПП	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	50	5,13	3,70	1,40	23,20	118,00
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,90	0,00	0,00	20,00	79,00
Итого								
190,78 40,20 42,00 172,60 1 203,00								
5-11 кл.Многодетные (12 лет и старше) Завтрак								
<i>Завтрак</i>								
2011	209	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	15,00	4,20	3,80	0,20	49,00
2011	174	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА, ЯЧНЕВОЙ, КУКУРУЗНОЙ И ПЕРЛОВОЙ КРУП	260	46,15	7,00	13,10	53,00	351,00
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								
77,23 16,50 19,50 92,60 599,00								
5-11 кл (12 лет и старше) Завтрак								
<i>Завтрак</i>								
2011	209	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	15,00	4,20	3,80	0,20	49,00
2011	174	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА, ЯЧНЕВОЙ, КУКУРУЗНОЙ И ПЕРЛОВОЙ КРУП	260	45,34	6,90	12,60	52,90	347,00
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								
75,00 16,20 18,30 91,50 584,00								
1-4 кл (7-11 лет) Обед								
<i>Обед</i>								
2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ	60	22,28	0,70	0,10	2,30	15,00
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ С МЯСОМ	200	32,47	3,10	5,10	9,90	96,00
2011	290	ПТИЦА ИЛИ КРОЛИК, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	90	36,02	11,90	14,10	1,10	173,00
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	21,16	5,50	4,80	33,60	195,00
2008	ПП	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	50	4,07	3,60	0,70	22,10	107,00
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,75	0,00	0,00	20,10	80,00
Итого								
124,75 24,80 24,80 89,10 666,00								
5-11 кл (12 лет и старше) Обед								
<i>Обед</i>								
2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ	100	37,17	1,10	0,20	3,80	24,00
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ С МЯСОМ	250	40,47	3,90	6,30	12,30	120,00
2011	290	ПТИЦА ИЛИ КРОЛИК, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	100	40,40	13,30	15,80	1,30	194,00
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	25,39	6,60	5,70	40,30	234,00
2008	ПП	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	50	4,13	3,60	0,80	22,20	108,00
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,79	0,00	0,00	20,20	80,00
Итого								
156,35 28,50 28,80 100,10 760,00								
Персонал (12 лет и старше) Обед								
<i>Обед</i>								
2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ	100	12,29	1,10	0,20	3,80	24,00
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ С МЯСОМ	250	40,48	3,90	6,30	12,30	120,00
2011	290	ПТИЦА ИЛИ КРОЛИК, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	100	40,37	13,30	15,70	1,30	193,00
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	25,45	6,60	5,80	40,30	234,00
2008	ПП	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	50	4,13	3,60	0,70	22,20	107,00
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	8,81	0,00	0,00	20,20	80,00
Итого								
131,53 28,50 28,70 100,10 758,00								
Ясли 1-3 года								
<i>Завтрак</i>								
2011	209	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	15,00	4,20	3,80	0,20	49,00
2011	174	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА, ЯЧНЕВОЙ, КУКУРУЗНОЙ И ПЕРЛОВОЙ КРУП	130	22,26	3,50	6,10	26,10	171,00
2008	ПП	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	30	2,90	2,20	0,70	13,50	68,00
2011	378	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	7,84	1,20	0,90	11,80	59,00
Итого								
40 15,00 4,20 3,80 0,20 49,00								
<i>II Завтрак</i>								
2008		ЯБЛОКО	100	34,05	0,40	0,40	9,80	47,00
Итого								
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	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ С МЯСОМ	150	24,16	2,30	3,80	7,40	72,00
2011	290	ПТИЦА ИЛИ КРОЛИК, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	60	27,00	9,20	10,90	0,70	132,00
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	15,68	4,10	3,60	24,70	144,00
2008	ПП	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	40	3,67	2,90	0,80	18,00	89,00
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	6,60	0,00	0,00	15,00	59,00
Итого								
189,96 34,10 37,80 167,20 1 121,00								
Полдник								
2011	415	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	50	18,85	3,70	6,80	27,90	182,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	2,88	0,20	0,00	11,30	45,00
Итого								
189,96 34,10 37,80 167,20 1 121,00								
Сад 3-7 лет								
<i>Завтрак</i>								
2011	209	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	15,00	4,20	3,80	0,20	49,00
2011	174	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА, ЯЧНЕВОЙ, КУКУРУЗНОЙ И ПЕРЛОВОЙ КРУП	150	26,14	4,00	7,30	30,50	200,00
2008	ПП	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	30	2,44	2,10	0,40	13,30	64,00
2011	378	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	9,40	1,40	1,10	14,60	72,00
Итого								
40 15,00 4,20 3,80 0,20 49,00								
<i>II Завтрак</i>								
2008		ЯБЛОКО	100	34,08	0,40	0,40	9,80	47,00
Итого								
34,08 0,40 0,40 9,80 47,00								
<i>Обед</i>								
2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ	50	15,18	0,40	0,10	1,30	7,00
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ С МЯСОМ	180	29,09	2,80	4,50	8,90	86,00
2011	290	ПТИЦА ИЛИ КРОЛИК, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	70	27,88	9,30	11,00	0,90	134,00
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	18,29	4,80	4,10	29,10	169,00
2008	ПП	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	50	4,09	3,60	0,70	22,10	107,00
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	7,93	0,00	0,00	18,20	72,00
Итого								
70 26,28 5,20 9,20 39,10 253,00								
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	3,24	0,20	0,00	13,60	55,00
Итого								
219,04 38,40 42,60 201,60 1 315,00								