

Утверждаю

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

МЕНЮ
27 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								
Завтрак								
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	10,13	2,30	2,90	0,00	36,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	240	35,02	8,40	9,20	38,10	262,00
2008	ПП	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	50	4,07	3,60	0,70	22,10	107,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	23,80	3,70	2,90	22,90	131,00
Итого				73,02	18,00	15,70	83,10	536,00
ОВЗ (7-11 лет)								
Завтрак								
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	10,45	2,40	3,00	0,00	37,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	240	35,71	8,30	9,50	38,20	265,00
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
Обед								
2011	24	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	60	20,28	0,50	3,90	1,70	43,00
2011	113	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ	200	6,32	1,80	4,00	10,80	84,00
2011	291	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ИЛИ КРОЛИКА	200	58,65	20,10	25,40	33,90	430,00
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	17,04	0,20	0,20	24,40	100,00
Итого				182,51	44,40	51,70	178,30	1 326,00
5-11 кл. Многодетные (12 лет и старше) Завтрак								
Завтрак								
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	10,45	2,40	3,00	0,00	37,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	290	42,09	10,10	11,00	48,30	317,00
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
Итого				81,47	19,90	18,30	92,40	603,00
5-11 кл (12 лет и старше) Завтрак								
Завтрак								
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	10,26	2,30	3,00	0,00	37,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	290	42,42	10,10	11,20	48,30	318,00
2008	ПП	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	50	4,13	3,60	0,80	22,20	108,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	23,80	3,70	2,90	22,90	131,00
Итого				80,61	19,70	17,90	91,40	694,00
1-4 кл (7-11 лет) Обед								
Обед								
2011	24	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	60	20,16	0,50	3,40	1,70	39,00
2011	113	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ	200	6,32	1,80	4,00	10,90	84,00
2011	291	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ИЛИ КРОЛИКА	200	58,47	20,00	25,80	33,90	432,00
2008	ПП	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	50	4,44	3,60	0,90	22,40	110,00
2011	342.1	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)	200	17,10	0,20	0,20	24,90	101,00
Итого				106,48	26,10	34,30	93,80	766,00
5-11 кл (12 лет и старше) Обед								
Обед								
2011	24	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	100	33,64	0,90	5,80	2,80	66,00
2011	113	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ	250	7,90	2,20	5,00	13,60	105,00
2011	291	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ИЛИ КРОЛИКА	250	73,29	25,20	31,90	42,60	539,00
2008	ПП	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	50	4,13	3,60	0,70	22,20	107,00
2011	342.1	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)	200	16,99	0,20	0,20	24,70	100,00
Итого				135,95	32,10	43,60	105,90	917,00
Персонал (12 лет и старше) Обед								
Обед								
2011	24	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	100	33,64	0,90	5,80	2,80	66,00
2011	113	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ	250	7,91	2,20	5,00	13,60	105,00
2011	291	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ИЛИ КРОЛИКА	250	73,25	25,10	32,00	42,50	539,00
2008	ПП	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	50	4,13	3,60	0,70	22,20	107,00
2011	342.1	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)	200	16,94	0,20	0,20	24,80	101,00
Итого				135,87	32,00	43,70	105,90	918,00
Ясли 1-3 года								
Завтрак								
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	10,45	2,40	3,00	0,00	37,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	130	18,76	4,50	4,90	20,50	141,00
2008	ПП	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	30	2,90	2,20	0,70	13,50	68,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	21,27	3,30	2,60	20,60	117,00
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	100	34,05	0,40	0,40	9,80	47,00
Обед								
2011	24	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	30	10,14	0,30	1,90	0,80	21,00
2011	113	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ	150	4,75	1,30	3,00	8,20	63,00
2011	291	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ИЛИ КРОЛИКА	130	38,24	13,10	16,70	22,00	281,00
2008	ПП	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	40	3,67	2,90	0,80	18,00	89,00
2011	342.1	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)	150	12,81	0,10	0,10	18,60	76,00
Полдник								
2011	406.1	ПИРОЖКИ ПРОСТЫЕ ПЕЧЕННЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	50	15,55	3,10	1,50	28,90	137,00
2011	385	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	23,78	4,40	3,70	6,90	77,00
Итого				196,35	38,00	39,30	167,80	1 154,00
Сад 3-7 лет								
Завтрак								
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	10,13	2,30	2,90	0,00	36,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	160	23,43	5,60	6,20	26,40	175,00
2008	ПП	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	30	2,45	2,10	0,50	13,30	64,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	23,80	3,70	2,90	22,90	131,00
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	100	34,07	0,40	0,40	9,80	47,00
Обед								
2011	24	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	50	16,82	0,40	2,90	1,40	33,00
2011	113	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ	180	5,73	1,60	3,50	9,80	75,00
2011	291	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ИЛИ КРОЛИКА	150	43,93	15,10	19,20	26,50	324,00
2008	ПП	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	50	4,13	3,60	0,70	22,20	107,00
2011	342.1	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)	180	15,24	0,10	0,10	22,30	91,00
Полдник								
2011	406.1	ПИРОЖКИ ПРОСТЫЕ ПЕЧЕННЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	70	21,70	4,20	1,90	40,90	192,00
2011	385	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	28,50	5,20	4,50	8,30	92,00
Итого				229,94	44,30	45,70	201,80	1 367,00