

ИП Орлов А.О.

Утверждаю

Директор школы №14

/Г.Л.Полтавцева

## МЕНЮ

" 2 " сентября 2024 г.



7-11 лет

### 1 день

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда                            | Выход | Цена, руб.    | Химический состав |              |               | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------|---------------|---|-------|---------------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
|                  |               |   |       |               | Белки, г          | Жиры, г      | Углеводы, г   |                               |
| <b>Завтрак</b>   |               |   |       |               |                   |              |               |                               |
| 2011             | 3             | БУТЕРБРОД С СЫРОМ                             | 42    | 27,93         | 4,90              | 7,40         | 12,70         | 137,00                        |
| 2011             | 209           | ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ                                 | 40    | 10,13         | 5,00              | 4,50         | 0,30          | 61,00                         |
| 2011             | 174           | КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА                  | 200   | 30,63         | 5,60              | 10,40        | 40,30         | 278,00                        |
| 2021             | 12            | КАКАО С МОЛОКОМ                               | 200   | 19,26         | 4,20              | 3,30         | 14,90         | 108,00                        |
| 2008             |               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                | 20    | 1,51          | 1,50              | 0,10         | 10,00         | 47,00                         |
| <b>Итого</b>     |               |   |       | <b>89,46</b>  | <b>21,20</b>      | <b>25,70</b> | <b>78,20</b>  | <b>631,00</b>                 |
| <b>Обед</b>      |               |   |       |               |                   |              |               |                               |
| 2011             | 71            | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ (ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ) | 60    | 12,27         | 0,70              | 0,10         | 2,30          | 14,00                         |
| 2011             | 82            | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ                  | 250   | 11,30         | 2,20              | 5,80         | 13,10         | 116,00                        |
| 2011             | 260           | ГУЛЯШ   | 90    | 88,21         | 13,50             | 15,50        | 3,30          | 206,00                        |
| 2011             | 312           | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                             | 150   | 27,77         | 3,30              | 5,30         | 22,30         | 137,00                        |
| 2021             | 10            | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                   | 200   | 3,41          | 0,00              | 0,00         | 9,70          | 39,00                         |
| 2008             |               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                | 50    | 3,78          | 3,80              | 0,30         | 25,10         | 118,00                        |
| 2008             |               | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                   | 40    | 2,64          | 2,70              | 0,40         | 17,00         | 82,00                         |
| <b>Итого</b>     |               |   |       | <b>149,38</b> | <b>26,20</b>      | <b>27,40</b> | <b>92,80</b>  | <b>712,00</b>                 |
| <b>Полдник</b>   |               |   |       |               |                   |              |               |                               |
| 2023             | 55            | ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ И ИЗЮМОМ                  | 100   | 29,65         | 8,10              | 2,50         | 40,00         | 278,00                        |
| 2011             | 389           | СОК ФРУКТОВЫЙ                                 | 200   | 26,40         | 1,00              | 0,20         | 20,20         | 86,00                         |
| <b>Итого</b>     |               |   |       | <b>56,05</b>  | <b>9,10</b>       | <b>2,70</b>  | <b>60,20</b>  | <b>364,00</b>                 |
| <b>Всего</b>     |               |   |       | <b>294,89</b> | <b>56,50</b>      | <b>55,80</b> | <b>231,20</b> | <b>1 707,00</b>               |

Повар

*[Signature]*

*[Signature]*

# МЕНЮ

" 2 " сентября 2024 г.

12-18 лет

1 день

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда                            | Выход | Цена, руб.    | Химический состав |              |               | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------|---------------|---|-------|---------------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
|                  |               |   |       |               | Белки, г          | Жиры, г      | Углеводы, г   |                               |
| <b>Завтрак</b>   |               |   |       |               |                   |              |               |                               |
| 2011             | 3             | БУТЕРБРОД С СЫРОМ                             | 42    | 27,93         | 4,90              | 7,40         | 12,70         | 137,00                        |
| 2011             | 209           | ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ                                 | 40    | 10,13         | 5,00              | 4,50         | 0,30          | 61,00                         |
| 2011             | 174           | КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА                  | 250   | 28,27         | 7,00              | 12,90        | 50,20         | 346,00                        |
| 2021             | 12/1          | КАКАО С МОЛОКОМ                               | 200   | 19,21         | 4,50              | 3,50         | 24,70         | 149,00                        |
| 2008             |               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                | 40    | 3,02          | 3,10              | 0,30         | 20,10         | 95,00                         |
| <b>Итого</b>     |               |   |       | <b>88,56</b>  | <b>24,50</b>      | <b>28,60</b> | <b>108,00</b> | <b>788,00</b>                 |
| <b>Обед</b>      |               |   |       |               |                   |              |               |                               |
| 2011             | 71            | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ (ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ) | 100   | 15,16         | 1,10              | 0,20         | 3,80          | 24,00                         |
| 2011             | 82            | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ                  | 250   | 11,33         | 2,20              | 5,80         | 13,10         | 116,00                        |
| 2011             | 260           | ГУЛЯШ   | 100   | 98,16         | 15,00             | 17,20        | 3,60          | 229,00                        |
| 2011             | 312           | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                             | 180   | 28,25         | 3,80              | 6,20         | 25,70         | 174,00                        |
| 2021             | 10            | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                   | 200   | 3,41          | 0,00              | 0,00         | 9,70          | 39,00                         |
| 2008             |               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                | 65    | 4,92          | 5,00              | 0,40         | 32,60         | 154,00                        |
| 2008             |               | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                   | 60    | 3,96          | 4,00              | 0,50         | 25,40         | 122,00                        |
| <b>Итого</b>     |               |   |       | <b>165,19</b> | <b>31,10</b>      | <b>30,30</b> | <b>113,90</b> | <b>858,00</b>                 |
| <b>Полдник</b>   |               |   |       |               |                   |              |               |                               |
| 2023             | 55            | ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ И ИЗЮМОМ                  | 140   | 31,52         | 10,00             | 3,10         | 41,20         | 301,00                        |
| 2011             | 15            | СЫР (ПОРЦИЯМИ)                                | 20    | 20,53         | 4,60              | 5,90         | 0,00          | 73,00                         |
| 2011             | 389           | СОК ФРУКТОВЫЙ                                 | 200   | 26,40         | 1,00              | 0,20         | 20,20         | 86,00                         |
| 2008             |               | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                   | 15    | 0,83          | 1,00              | 0,10         | 6,40          | 31,00                         |
| <b>Итого</b>     |               |   |       | <b>79,28</b>  | <b>16,60</b>      | <b>9,30</b>  | <b>67,80</b>  | <b>491,00</b>                 |
| <b>Всего</b>     |               |   |       | <b>333,03</b> | <b>72,20</b>      | <b>68,20</b> | <b>289,70</b> | <b>2 137,00</b>               |

Повар

*Александрова Н.Ф.*

