

Утверждаю

Директор МБОУ "СШ Вулканного ГП"

МЕНЮ

МБОУ "СШ Вулканного ГП"



		04 марта 2024				сборник рецептур детей 4-9 лет	
№ сборника рецептур	наименование блюда	вес блюда (гр.)	пищевые вещества			энергетическая ценность	цена
	завтраки		Белки	Жиры	Углевод ы		
	возрастная категория		от 7 лет до 11 лет				
завтраки							
	каша геркулесовая молочная	220	7,93	8,66	41,38	276,34	24,38р.
	сыр.яйцо.масло сл	65	8,64	16,28	0,41	183,5	28,21р.
	чай слимоном	200	0,26	0,03	11,26	47,79	3,81р.
	хлеб белый	40	3,16	0,4	19,32	94	5,72р.
	яблоко	117	0,4	0,4	9,8	47	27,01 Р
		итого	20,39	25,77	82,17	648,63	89,13р.
обед							
	винегрет с сельдью	60	3,32	6,65	3,8	88,66	13,91 Р
	суп овощной с кур.	225	3,42	8,25	8,84	123,94	18,36 Р
	бефстроганов из говядины	90	14,01	14,06	5,25	204,01	63,25 Р
	каша гречневая рассыпчатая	150	6,96	4,72	31,46	195,84	7,35 Р
	компот из сухофруктов	200	0,37	0,02	21,01	86,9	4,48 Р
	хлеб серый	50	3,3	0,6	19,82	99	5,82 Р
		итого	31,38	34,3	90,18	798,35	113,17 Р
полдник							
	блинчики с молоком сгущ	100	8,41	9,29	41,03	281,94	18,47 Р
685	снежок	200	6	5	8,4	102	47,79 Р
	груша	197	0,77	2,11	24,46	92,59	53,12 Р
		итого	15,18	16,4	73,89	476,53	119,38 Р
	возрастная категория		от 12 лет до 18 лет				
завтрак							
	каша геркулесовая молочная	220	7,93	8,66	41,38	276,34	23,17р.
	сыр.яйцо.масло сл	65	8,64	16,28	0,41	183,5	28,22р.
	чай слимоном	200	0,26	0,03	11,26	47,79	3,60р.
	хлеб белый	40	3,16	0,4	19,32	94	5,15р.
	яблоко	117	0,4	0,4	9,8	47	27,06 Р
	0						
		итого	20,39	25,77	82,17	648,63	87,20 Р
обед							
	винегрет с сельдью	100	5,53	11,08	6,33	147,77	22,19 Р
	суп овощной с кур.	275	3,81	9,18	11,05	142,83	19,72 Р
	бефстроганов из говядины	100	17,17	17,29	5,59	247,12	82,60 Р
	каша гречневая рассыпчатая	180	7,81	2,05	35,4	190,96	8,25 Р
	компот из сухофруктов	200	0,37	0,02	21,01	86,9	4,48 Р
	хлеб серый	60	3,36	0,66	29,64	118,8	5,93 Р
	0						
		итого	38,05	40,28	109,02	934,38	143,17 Р

шеф-повар Тен Е А

кладовщик Романенко Л В