

МЕНЮ
25 мая 2021 г.



Директор
МБОУ СОШ №5
/Маркова Сон Ок/

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
1-11 завтрак								
2011	413	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	200	12,88	7,5	8,7	33,9	245
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	1,90	0,2	0,1	15	60
2008		БАТОН	35	2,78	2,8	0,3	17,2	83
Итого				24,98	13,6	11,7	75,4	463
1-4 классы								
2011	88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ	250	20,63	5	6,5	9,5	119
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	150	6,90	3,8	2,9	39,2	199
2011	268	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ	80	23,72	8,9	20,4	8,7	254
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	50	1,39	0,4	1	3,6	25
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	1,90	0,2	0,1	15	60
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,90	2,3	0,2	15	71
Итого				56,49	20,6	31,1	91	728
1-4 классы овз завтрак								
2011	413	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	200	13,63	7,7	9,6	34,5	255
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	1,90	0,2	0,1	15	60
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	10,36	3	8,7	17,8	161
Итого				33,25	14	21	76,6	551
1-4 классы овз обед								
2011	88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ	250	20,74	5,1	7,5	9,2	128
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	155	7,66	4	3,7	40	209
2011	268	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ	80	24,60	9,3	22,1	8,8	271
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	55	1,88	0,7	1,9	5,6	43
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	2,56	0,2	0,1	15	60
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,90	2,2	0,2	14,6	69
	г/л	ПЕЧЕНЬЕ ЮБИЛЕЙНОЕ	100	40,00				
Итого				98,44	21,5	35,5	93,2	780
5-11 классы с/защита								
2011	88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ	250	20,68	5,2	6,4	10,4	123
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	180	7,79	4,5	3	47,2	234
2011	268	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ	100	30,44	11,3	25,6	10,2	317
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	50	1,38	0,4	1	3,6	25
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	1,90	0,2	0,1	15	60
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,90	2,1	0,2	14,4	68
Итого				64,06	23,7	36,3	100,8	827
5-11 классы иные								
2011	88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ	250	20,68	5,2	6,5	10,4	123
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	180	7,79	4,5	3	47,2	234
2011	268	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ	100	30,48	11,3	25,6	10,2	318
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	50	1,38	0,4	1	3,6	25
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	1,88	0,2	0,1	15	60
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,90	2,2	0,2	14,6	69
Итого				64,11	23,8	36,4	101	829
5-11 классы овз завтрак								
2011	413	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	200	13,63	7,7	9,6	34,5	255
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	1,90	0,2	0,1	15	60
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40	10,67	3,3	8,7	19,7	170
2011	15	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	12,64	3,3	4,2		51
Итого				46,71	17,6	25,2	78,5	611
5-11 классы овз обед								
2011	88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ	250	21,01	5,4	7,5	10,4	134
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	180	8,51	4,6	3,8	46,7	240
2011	268	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ	100	30,51	11,5	26,5	10,7	327
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	55	1,92	0,7	1,9	5,6	43
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	2,56	0,2	0,1	15	60
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,90	2,2	0,2	14,6	69
к/к	к/к	ВАФЛИ	100	40,00	0,5	0,4	13,5	62
	г/п	БАТОНЧИК ШОКОЛАДНЫЙ	50	35,00				
Итого				141,41	25,1	40,4	116,5	935
Родительская плата								
2011	413	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	200	12,87	7,5	8,7	33,9	245
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	1,90	0,2	0,1	15	60
2008		БАТОН	35	2,78	2,6	0,3	15,7	76
Итого				25,15	13,4	11,7	73,9	456

Заведующая производством  Новик С.А.

Повар  Изотова А.А.