

Утверждаю

Директор МБОУ СОШ № 5 г. Утлюгорска

Маркова С.

Химический состав

Энергетическая ценность

/Маркова Сон Ок/

MEHIO

23 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 классы								
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	10,06	8,6	6,2	39,1	247
2008	257	МЯСО ТУШЕНОЕ В ОВОЩАХ	60/60	39,35	9,9	25	4	282
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	7,04			19,4	77
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				59,75	20,7	31,4	77,1	675
1-4 классы овз завтрак								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	18,07	4,7	10,7	21,3	200
2008		БАТОН	40	6,36	3,1	1,2	20	104
2011	15	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	8,50	2,3	2,9		35
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	12,04	3,2	2,4	26,1	140
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	26,22	0,4	0,4	9,8	47
Итого				71,19	13,7	17,6	77,2	526
1-4 классы овз обед								
2011	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ (САЙРА)	200	36,90	7,3	4,2	16,8	135
2011	344	РАГУ ОВОЩНОЕ	150	19,07	2,9	5,3	17,1	127
2011	268	КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ	100	42,78	11,3	27,5	8,2	324
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	2,05	0,2	0,1	15	60
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	4,40	3,1	0,2	20,1	95
Итого				105,21	24,8	37,3	77,2	741
5-11 классы с/защита								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	8,36	0,2		0,7	4
2011	344	РАГУ ОВОЩНОЕ	180	22,83	3,6	6,2	20,1	152
2011	268	КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ	100	47,51	12,6	30	8,3	352
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	2,05	0,2	0,1	15	60
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	4,40	3,1	0,2	20,1	95
Итого				85,15	19,7	36,5	64,2	663
5-11 классы иные								
2011	344	РАГУ ОВОЩНОЕ	180	22,84	3,6	6,2	20,1	152
2011	268	КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ	100	28,41	11,3	27,2	8,3	322
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	2,05	0,2	0,1	15	60
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	4,40	3,1	0,2	20,1	95
Итого				57,70	18,2	33,7	63,5	629
5-11 классы овз завтрак								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	15,80	5,7	7,3	25,6	192
2008		БАТОН	40	6,36	3,1	1,2	20	104
2011	15	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	17,71	4,7	6		74
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	12,16	3,2	2,4	26,2	140
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	11,69	0,4	0,4	9,8	47
Итого				63,72	17,1	17,3	81,6	557
5-11 классы овз обед								
	к/к	ФАСОЛЬ СТРУЧКОВАЯ С ПАССЕРОВАННЫМ ЛУКОМ	100	47,43	2,9	5,2	5,3	78
2011	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ (САЙРА)	250	47,72	9,4	5,3	20,8	169
2011	344	РАГУ ОВОЩНОЕ	180	22,72	3,6	6	19,9	149
2011	268	КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ	100	47,33	12,5	29,5	8,2	348
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	2,05	0,2	0,1	15	60
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	3,30	2,3	0,2	15,1	71
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2,08	1,3	0,2	8,5	41
Итого				172,63	32,2	46,5	92,8	916
Группа продленного дня								
2011	428	БУЛОЧКА ШКОЛЬНАЯ	100	9,68	8,7	5,6	60,6	328
2011	385	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	15,61	5,9	5,1	9,8	111
Итого				25,30	14,6	10,7	70,4	439

Ch

Новик С.А.

Хр

Хренова О.Ю.



УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ СОШ №5
Маркова Сон Ок

МЕНЮ
столовой за наличный расчет
23 апреля 2024 г.



1/80	Фасоль стручковая с луком пассированным	32,78
1/250	Суп с рыбными консервами (сайра)	47,76
1/150	Рагу овощное	22,84
1/100	Котлета мясная	50,66
1/200	Чай с сахаром	2,05
1/40	Хлеб пшеничный	4,40
1/30	Хлеб ржаной	3,12
1/100	Булочка «Школьная»	10,00
1/100	Сосиска в тесте	30,00

Зав.производством

Новик С.А.

Повар

Хренова О.Ю.