

МЕНЮ
13 декабря 2024 г.

Утверждаю
Млеф
Директор
МБОУ СОШ №5
Маркова Сон Ок/
г. Угледгорска

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Цена, руб. | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|--|---------------|-----------------------------------|--------|---------------|-------------------|--------------|--------------|-------------------------------|
| | | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| 1-4 классы | | | | | | | | |
| 2011 | 204 | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ | 150 | 23,66 | 9,20 | 9,00 | 36,70 | 265,00 |
| 2011 | 1 | БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ | 50 | 16,70 | 3,10 | 9,50 | 20,10 | 178,00 |
| 2008 | 431 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 200 | 3,31 | 0,00 | 0,00 | 14,60 | 59,00 |
| 2008 | | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ | 100 | 30,66 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| Итого | | | | 74,33 | 12,70 | 18,90 | 81,20 | 549,00 |
| 1-4 классы овз завтрак | | | | | | | | |
| 2011 | 210 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | 150 | 55,24 | 14,20 | 16,70 | 3,20 | 219,00 |
| 2011 | 1 | БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ | 50 | 16,70 | 3,10 | 9,50 | 20,10 | 178,00 |
| 2011 | 378 | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 200 | 6,46 | 1,60 | 1,20 | 17,30 | 87,00 |
| Итого | | | | 78,39 | 18,90 | 27,40 | 40,60 | 484,00 |
| 1-4 классы овз обед | | | | | | | | |
| К/К | К/К | СУП ГОРОХОВЫЙ С ГОВЯДИНОЙ ТУШЕНОЙ | 250 | 33,03 | 12,40 | 12,00 | 20,60 | 240,00 |
| 2011 | 344 | РАГУ ОВОЩНОЕ | 150 | 20,01 | 3,30 | 7,70 | 19,20 | 160,00 |
| 1981 | 712 | ГОЛЕНЬ КУРИНАЯ, ЗАПЕЧЕНАЯ | 100 | 46,07 | 16,50 | 11,60 | 0,00 | 231,00 |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 3,48 | 2,30 | 0,20 | 15,10 | 71,00 |
| 2004 | 127 | КОМПОТ КЛУБНИЧНЫЙ | 200 | 16,62 | 0,10 | 0,10 | 20,90 | 84,00 |
| Итого | | | | 119,20 | 34,60 | 31,60 | 75,80 | 786,00 |
| 1-4 классы инвалиды | | | | | | | | |
| К/К | К/К | СУП ГОРОХОВЫЙ С ГОВЯДИНОЙ ТУШЕНОЙ | 260 | 33,93 | 12,40 | 16,90 | 20,50 | 283,00 |
| 2011 | 344 | РАГУ ОВОЩНОЕ | 170 | 30,27 | 4,20 | 18,20 | 24,80 | 281,00 |
| 1981 | 712 | ГОЛЕНЬ КУРИНАЯ, ЗАПЕЧЕНАЯ | 115 | 49,65 | 17,20 | 19,80 | 0,00 | 309,00 |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 3,48 | 2,30 | 0,20 | 15,10 | 71,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 20 | 2,20 | 1,30 | 0,20 | 8,50 | 41,00 |
| 2004 | 127 | КОМПОТ КЛУБНИЧНЫЙ | 200 | 16,62 | 0,10 | 0,10 | 20,90 | 84,00 |
| Итого | | | | 136,15 | 37,50 | 55,40 | 89,80 | 1 069,00 |
| 5-11 классы (тжс, многодетные, один родитель) | | | | | | | | |
| 2008 | | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | 30 | 8,85 | 0,20 | 0,00 | 0,80 | 4,00 |
| 2011 | 344 | РАГУ ОВОЩНОЕ | 180 | 23,42 | 3,90 | 8,70 | 22,90 | 187,00 |
| 1981 | 712 | ГОЛЕНЬ КУРИНАЯ, ЗАПЕЧЕНАЯ | 100 | 46,07 | 16,50 | 11,60 | 0,00 | 231,00 |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 4,64 | 3,10 | 0,30 | 20,10 | 95,00 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 185/15 | 2,21 | 0,20 | 0,10 | 15,00 | 60,00 |
| Итого | | | | 85,18 | 23,90 | 20,70 | 58,80 | 577,00 |
| 5-11 классы иные | | | | | | | | |
| 2011 | 344 | РАГУ ОВОЩНОЕ | 180 | 23,42 | 3,90 | 8,70 | 22,90 | 187,00 |
| 1981 | 712 | ГОЛЕНЬ КУРИНАЯ, ЗАПЕЧЕНАЯ | 100 | 46,07 | 16,50 | 11,60 | 0,00 | 231,00 |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 4,64 | 3,10 | 0,30 | 20,10 | 95,00 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 185/15 | 2,21 | 0,20 | 0,10 | 15,00 | 60,00 |
| Итого | | | | 76,33 | 23,70 | 20,70 | 58,00 | 573,00 |
| 5-11 классы овз завтрак | | | | | | | | |
| 2011 | 210 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | 195 | 74,31 | 19,00 | 22,50 | 4,20 | 296,00 |
| 2008 | | БАТОН | 50 | 8,38 | 3,90 | 1,50 | 25,10 | 130,00 |
| 2011 | 378 | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 200 | 6,46 | 1,60 | 1,20 | 17,30 | 87,00 |
| 2008 | | ГРУША | 100 | 29,42 | 0,40 | 0,30 | 10,30 | 47,00 |
| Итого | | | | 118,55 | 24,90 | 25,50 | 56,90 | 560,00 |
| 5-11 классы овз обед | | | | | | | | |
| 2008 | | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | 30 | 8,80 | 0,20 | 0,00 | 0,80 | 4,00 |
| К/К | К/К | СУП ГОРОХОВЫЙ С ГОВЯДИНОЙ ТУШЕНОЙ | 250 | 33,03 | 12,40 | 12,00 | 20,60 | 240,00 |
| 2011 | 344 | РАГУ ОВОЩНОЕ | 180 | 23,52 | 3,90 | 8,70 | 23,30 | 189,00 |
| 1981 | 712 | ГОЛЕНЬ КУРИНАЯ, ЗАПЕЧЕНАЯ | 100 | 51,91 | 18,60 | 12,90 | 0,00 | 258,00 |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 4,64 | 3,10 | 0,30 | 20,10 | 95,00 |
| 2004 | 127 | КОМПОТ КЛУБНИЧНЫЙ | 200 | 16,62 | 0,10 | 0,10 | 20,90 | 84,00 |
| Итого | | | | 138,51 | 38,30 | 34,00 | 85,70 | 870,00 |
| 5-11 классы инвалиды (завтрак) | | | | | | | | |
| 2011 | 210 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | 260 | 72,68 | 18,40 | 23,90 | 8,60 | 323,00 |
| 2008 | | БАТОН | 50 | 8,38 | 3,90 | 1,50 | 25,10 | 130,00 |
| 2011 | 378 | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 200 | 17,42 | 4,80 | 2,40 | 28,10 | 154,00 |
| 2008 | | ГРУША | 99 | 29,15 | 0,40 | 0,30 | 10,20 | 46,00 |
| Итого | | | | 127,63 | 27,50 | 28,10 | 72,00 | 653,00 |
| 5-11 классы инвалиды (обед) | | | | | | | | |
| 2008 | | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | 28 | 8,25 | 0,20 | 0,00 | 0,70 | 4,00 |
| К/К | К/К | СУП ГОРОХОВЫЙ С ГОВЯДИНОЙ ТУШЕНОЙ | 260 | 33,93 | 12,40 | 16,90 | 20,50 | 283,00 |
| 2011 | 344 | РАГУ ОВОЩНОЕ | 205 | 33,97 | 4,90 | 18,30 | 28,30 | 299,00 |
| 1981 | 712 | ГОЛЕНЬ КУРИНАЯ, ЗАПЕЧЕНАЯ | 110 | 53,30 | 18,50 | 20,60 | 0,00 | 326,00 |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 4,64 | 3,10 | 0,30 | 20,10 | 95,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 20 | 2,20 | 1,30 | 0,20 | 8,50 | 41,00 |
| 2004 | 127 | КОМПОТ КЛУБНИЧНЫЙ | 200 | 16,62 | 0,10 | 0,10 | 20,90 | 84,00 |
| Итого | | | | 152,91 | 40,50 | 56,40 | 99,00 | 1 132,00 |
| Группа продленного дня | | | | | | | | |
| 2024 | 3 | МЯГКИЕ ВЕНСКИЕ ВАФЛИ | 100 | 20,41 | 7,80 | 8,20 | 47,50 | 295,00 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 185/15 | 2,21 | 0,20 | 0,10 | 15,00 | 60,00 |
| Итого | | | | 22,62 | 8,00 | 8,30 | 62,50 | 355,00 |

Заведующий производством *С* Новик С.А.

Повар *О* Хренова О.Ю.



УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ СОШ №5
Маркова Сон Ок

МЕНЮ

столовой за наличный расчет
13 декабря 2024 г.



| | | |
|-------|---|--------|
| 1/80 | Сельдь с луком, горошком, маслом растительным | 34,84 |
| 1/250 | Суп гороховый с говядиной тушеной | 37,56 |
| 1/150 | Рагу овощное | 25,91 |
| 1 шт. | Бедро куриное, запеченное | 109,22 |
| 1/200 | Чай с сахаром | 5,00 |
| 1/200 | Компот клубничный | 16,62 |
| 1/30 | Хлеб пшеничный | 4,00 |
| 1/30 | Хлеб ржаной | 4,00 |
| 1/100 | Ватрушка с вареной сгущенкой | 20,00 |

Зав.производством

Новик С.А.

Повар

Хренова О.Ю.