

Утверждаю



Шустова
ГБОУ СОШ п. Масленниково
/Шустова Наталья Ивановна/

10 апреля 2023 г.
старшие классы

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	5,8	6,9	39,1	243	0,5
2008	451	МОСКОВСКАЯ СДОБА С САХАРОМ	100	6,3	3,2	43	226	0
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,3	2,7	14,6	97	0,5
Итого			480	15,4	12,8	96,7	566	1
Всего				15,4	12,8	96,7	566	1

Утверждаю



И.В. ШОШ п. Масленниково
Шутова Наталья Ивановна/

МЕНЮ

12 апреля 2023 г.

старшие классы

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	41	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	40	0,3		0,7	5	0,8
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,8	5,4	25,6	166	12,5
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ	60/20	11,9	1,5	1,7	70	0,3
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			19,4	77	0
2008	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	3,4	2,8	21,7	126	0
Итого			535	19,4	9,7	69,1	444	13,6
Всего				19,4	9,7	69,1	444	13,6

Утверждаю



И.О.У. СОШ п. Маслениково
Иванова Наталья Ивановна/

МЕНЮ

13 апреля 2023 г.

старшие классы

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	50	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	60	1,1	1,5	5,5	43	2,3
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	5,4	5,6	24,7	170	0
2008	259	ГУЛЯШ	100/50	20,3	29,2	8,1	377	2,4
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	0,1		14,8	59	0
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	3,4	2,8	21,7	126	0
Итого			602	30,3	39,1	74,8	775	4,7
Всего				30,3	39,1	74,8	775	4,7

Утверждаю



ГБОУ СОШ п. Масленниково

Иванова Наталья Ивановна

МЕНЮ

14 апреля 2023 г.

старшие классы

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	250	11,4	11,8	18,8	227	4,6
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ ЛУК С ЯЙЦОМ	100	8,1	6,8	50,4	294	3,8
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,1		14,8	59	0
Итого			550	19,6	18,6	84	580	8,4
Всего				19,6	18,6	84	580	8,4