

Согласовано

Директор  
МОУ СОШ №5 им. 63-го Угличского пехотного полка  
*Пятницина Н.Л.* /Пятницина Н.Л./

## МЕНЮ

14 июня 2024 г.

7-11 лет

| Сборник рецептур | № техн. карты                              | Наименование блюда                      | Выход | Цена, руб.    | Химический состав |             |              | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------|--|---|-------|---------------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|
|                  |  |   |       |               | Белки, г          | Жиры, г     | Углеводы, г  |                               |
| <b>Завтрак</b>   |  |   |       |               |                   |             |              |                               |
| 2004             | 265  | Плов                                    | 150   | 34,70         | 13,2              | 29,1        | 26,9         | 422                           |
| 2004             | 576  | овощи по сезону помидор                 | 60    | 13,34         | 0,7               | 0,1         | 2,2          | 14                            |
|                  | ТУ10,71<br>11-<br>0024836<br>3077-<br>2016 | БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ                      | 20    | 2,00          | 1,5               | 0,6         | 10           | 51                            |
| к/к              | к/к  | ГРУША                                   | 130   | 31,77         | 0,5               | 0,4         | 13           | 59                            |
|                  |  | сок в ассортименте                      | 200   | 14,80         |                   |             | 10           | 45                            |
| <b>Итого</b>     |  |   |       | <b>96,61</b>  | <b>15,9</b>       | <b>30,2</b> | <b>62,1</b>  | <b>591</b>                    |
| <b>Обед</b>      |  |   |       |               |                   |             |              |                               |
| 2011             | 87   | СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ                | 250   | 15,41         | 7,2               | 3,4         | 16,6         | 126                           |
| 2004             | 388  | котлета рыбная                          | 90    | 30,86         | 13,2              | 9,2         | 14,5         | 192                           |
| 2008             | 333  | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ                      | 150   | 6,08          | 2,9               | 4,6         | 23,8         | 148                           |
|                  | ГОСТ<br>2077-84                            | хлеб ржаной                             | 20    | 0,93          | 1,3               | 0,2         | 8,2          | 40                            |
| 2004             | 634  | компот из черной смородины с/м с вит. С | 200   | 9,61          | 0,3               | 0,1         | 25,5         | 106                           |
| 2017             | 410  | ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ                     | 75    | 8,79          | 9,5               | 7,2         | 34,9         | 242                           |
| <b>Итого</b>     |  |   |       | <b>71,68</b>  | <b>34,4</b>       | <b>24,7</b> | <b>123,5</b> | <b>854</b>                    |
| <b>Всего</b>     |  |   |       | <b>168,29</b> | <b>50,3</b>       | <b>54,9</b> | <b>185,6</b> | <b>1445</b>                   |

зав. производством

*Рудакова А.В.*  
Рудакова А.В.