



МБОУ "Черемушкинская СОШ имени Героя Советского Союза И.Н.Черникова
Директор школы
Бойкова Вера Анатольевна/

МЕНЮ
3 апреля 2025 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 | |
| РП | | | | | | | | |
| <i>Обед</i> | | | | | | | | |
| | пром | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ МУКА 1СОРТ | 50 | 3,80 | 3,90 | 0,60 | 20,10 | 111,00 |
| 2012 | 87 | СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ | 230 | 25,91 | 8,30 | 3,10 | 15,10 | 122,00 |
| 2008 | 181 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 180 | 8,69 | 10,20 | 5,90 | 46,10 | 277,00 |
| 2011 | 260 | ГУЛЯШ ИЗ МЯСА КУР | 90 | 29,24 | 11,00 | 14,90 | 3,30 | 191,00 |
| 2011 | 349 | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ | 180 | 7,93 | 0,90 | 0,10 | 19,60 | 83,00 |
| Итого | | | | 75,57 | 34,30 | 24,60 | 104,20 | 784,00 |
| БП | | | | | | | | |
| <i>Обед</i> | | | | | | | | |
| | пром | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ МУКА 1СОРТ | 50 | 3,80 | 3,90 | 0,60 | 20,10 | 111,00 |
| 2012 | 87 | СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ | 230 | 25,84 | 8,30 | 3,10 | 15,10 | 122,00 |
| 2008 | 181 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 180 | 8,70 | 10,20 | 5,90 | 46,10 | 277,00 |
| 2011 | 260 | ГУЛЯШ ИЗ МЯСА КУР | 90 | 29,23 | 11,00 | 14,90 | 3,30 | 191,00 |
| 2011 | 349 | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ | 180 | 7,94 | 0,90 | 0,10 | 19,60 | 83,00 |
| Итого | | | | 75,51 | 34,30 | 24,60 | 104,20 | 784,00 |
| Полдник ОВЗ 1-4 | | | | | | | | |
| <i>Полдник</i> | | | | | | | | |
| | пром | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ МУКА 1СОРТ | 50 | 3,80 | 3,90 | 0,60 | 20,10 | 111,00 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 1,92 | 0,00 | 0,00 | 9,70 | 39,00 |
| 2011 | 209 | ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ | 40 | 12,00 | 5,00 | 4,50 | 0,30 | 61,00 |
| 2008 | | ДЖЕМ | 10 | 3,09 | 0,10 | 0,00 | 7,10 | 28,00 |
| Итого | | | | 20,82 | 9,00 | 5,10 | 37,20 | 239,00 |
| ОВЗ 5-9 кл | | | | | | | | |
| <i>Обед</i> | | | | | | | | |
| | пром | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ МУКА 1СОРТ | 50 | 3,80 | 3,90 | 0,60 | 20,10 | 111,00 |
| 2012 | 87 | СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ | 230 | 26,08 | 8,30 | 3,20 | 15,10 | 122,00 |
| 2008 | 181 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 180 | 8,61 | 10,20 | 5,90 | 46,10 | 277,00 |
| 2011 | 260 | ГУЛЯШ ИЗ МЯСА КУР | 90 | 29,23 | 11,00 | 14,90 | 3,30 | 192,00 |
| 2011 | 349 | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ | 180 | 7,95 | 0,90 | 0,10 | 19,60 | 83,00 |
| <i>Полдник</i> | | | | | | | | |
| | пром | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ МУКА 1СОРТ | 50 | 3,80 | 3,90 | 0,60 | 20,10 | 111,00 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 1,92 | 0,00 | 0,00 | 9,70 | 39,00 |
| 2011 | 209 | ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ | 40 | 12,00 | 5,00 | 4,50 | 0,30 | 61,00 |
| 2008 | | ДЖЕМ | 10 | 3,09 | 0,10 | 0,00 | 7,10 | 28,00 |
| Итого | | | | 96,47 | 43,30 | 29,80 | 141,40 | 1 024,00 |
| Многолетние КРАЙФИН | | | | | | | | |
| <i>Обед</i> | | | | | | | | |
| | пром | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ МУКА 1СОРТ | 50 | 3,80 | 3,90 | 0,60 | 20,10 | 111,00 |
| 2012 | 87 | СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ | 230 | 25,92 | 8,30 | 3,10 | 15,10 | 122,00 |
| 2008 | 181 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 180 | 8,47 | 10,20 | 5,90 | 46,10 | 277,00 |
| 2011 | 260 | ГУЛЯШ ИЗ МЯСА КУР | 90 | 28,64 | 11,00 | 14,90 | 3,30 | 191,00 |
| 2011 | 349 | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ | 180 | 7,88 | 0,90 | 0,10 | 19,60 | 83,00 |
| Итого | | | | 74,71 | 34,30 | 24,60 | 104,20 | 784,00 |
| СОП | | | | | | | | |
| <i>Обед</i> | | | | | | | | |
| | пром | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ МУКА 1СОРТ | 50 | 3,80 | 3,90 | 0,60 | 20,10 | 111,00 |
| 2012 | 87 | СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ | 230 | 26,93 | 8,30 | 3,50 | 15,40 | 127,00 |
| 2008 | 181 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 180 | 8,64 | 10,20 | 5,90 | 46,00 | 277,00 |
| 2011 | 260 | ГУЛЯШ ИЗ МЯСА КУР | 90 | 29,18 | 11,00 | 15,30 | 3,40 | 195,00 |
| 2011 | 349 | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ | 180 | 8,84 | 0,90 | 0,10 | 19,60 | 83,00 |
| Итого | | | | 77,39 | 34,30 | 25,40 | 104,50 | 793,00 |
| СВО ЗАВТРАК | | | | | | | | |
| <i>Завтрак</i> | | | | | | | | |
| | пром | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ МУКА 1СОРТ | 50 | 3,80 | 3,90 | 0,60 | 20,10 | 111,00 |
| 2008 | 190 | КАША "ДРУЖБА" | 230 | 24,01 | 5,40 | 8,80 | 29,00 | 218,00 |
| 2011 | 14 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 20 | 25,20 | 0,10 | 16,50 | 0,20 | 150,00 |
| 2011 | 379 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 200 | 14,26 | 3,30 | 2,40 | 17,00 | 104,00 |
| Итого | | | | 67,27 | 12,70 | 28,30 | 66,30 | 583,00 |
| СВО 5-9 кл | | | | | | | | |
| <i>Завтрак</i> | | | | | | | | |
| | пром | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ МУКА 1СОРТ | 50 | 3,79 | 3,90 | 0,60 | 20,10 | 111,00 |
| 2008 | 190 | КАША "ДРУЖБА" | 230 | 24,01 | 5,40 | 8,80 | 29,00 | 218,00 |
| 2011 | 14 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 20 | 25,20 | 0,10 | 16,50 | 0,20 | 150,00 |
| 2011 | 379 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 200 | 14,26 | 3,30 | 2,40 | 17,00 | 104,00 |
| <i>Обед</i> | | | | | | | | |
| | пром | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ МУКА 1СОРТ | 50 | 3,80 | 3,90 | 0,60 | 20,10 | 111,00 |
| 2012 | 87 | СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ | 230 | 26,61 | 8,30 | 3,50 | 15,40 | 127,00 |
| 2008 | 181 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 180 | 8,64 | 10,20 | 5,90 | 46,00 | 277,00 |
| 2011 | 260 | ГУЛЯШ ИЗ МЯСА КУР | 90 | 29,20 | 11,00 | 15,30 | 3,40 | 195,00 |
| 2011 | 349 | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ | 180 | 8,84 | 0,90 | 0,10 | 19,60 | 83,00 |
| Итого | | | | 144,35 | 47,00 | 53,70 | 170,80 | 1 376,00 |

Повар _____ Буйкина Мария Валерьевна