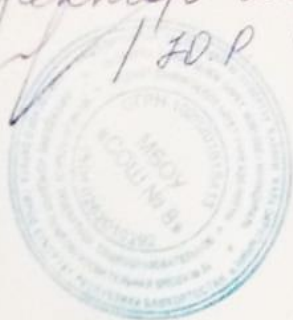


Сотеевская  
Директор МБОУ «СОШ № 8»  
/ И. Р. Чеботарева



Утверждаю

Генеральный директор  
ООО "РАЦИОН"  
/Ялчигулов Рим Марганович/

## МЕНЮ

16 сентября 2022 г.

7-11 лет

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                      | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|---------------------|-----------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|
|                               |                     |                                         |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |
| Завтрак                       |                     |                                         |       |                   |         |                  |                                          |
| 2008                          | 190                 | КАША "ДРУЖБА"                           | 150   | 4,5               | 6,3     | 26,2             | 182                                      |
| 2008                          | 430                 | ЧАЙ С САХАРОМ                           | 200   |                   |         | 9,7              | 39                                       |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВЫСШ, СОРТ               | 40    | 3,1               | 0,2     | 20,1             | 95                                       |
| 2008                          | 13                  | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                        | 10    | 0,1               | 8,3     | 0,1              | 75                                       |
| 2008                          | 14                  | СЫР (ПОРЦИЯМИ)                          | 10    | 2,3               | 2,9     |                  | 36                                       |
| 2008                          |                     | ЙОГУРТ                                  | 100   | 2                 | 1,5     | 3                | 48                                       |
| Итого                         |                     |                                         |       | 12                | 19,2    | 59,1             | 475                                      |
| Обед                          |                     |                                         |       |                   |         |                  |                                          |
| 2016                          | 445,4               | КОТЛЕТЫ КУРИННЫЕ С ПОДЛИВОМ<br>ОВОЩНЫМ  | 60/30 | 7,9               | 17,2    | 8,3              | 220                                      |
| 2008                          | 99                  | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ             | 200   | 4,6               | 3       | 15,2             | 106                                      |
| 2011                          | 203                 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С<br>МАСЛОМ | 150   | 2                 | 8,3     | 12,8             | 134                                      |
| 2011                          | 349                 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ             | 200   |                   |         | 19,4             | 77                                       |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВЫСШ, СОРТ               | 40    | 3,1               | 0,2     | 20,1             | 95                                       |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                    | 40    | 2,6               | 0,4     | 17               | 82                                       |
| Итого                         |                     |                                         |       | 20,2              | 29,1    | 92,8             | 714                                      |
| Всего                         |                     |                                         |       | 32,2              | 48,3    | 151,9            | 1189                                     |

Бухгалтер Сабангулова Динара Минигалиевна

Технолог Морозова С.В.

Повар \_\_\_\_\_





