

Утверждаю

директор
МКОУ СОШ с. Гастелло
Илющенко Г.А./

МЕНЮ

7 сентября 2021 г.

7-11 лет ТЖС

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак								
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	11,25	8,2	7,5	35,6	235
2008	237	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	115	59,83	24,4	14,3	4,1	232
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	80	10,06	1,9	8,1	7,6	111
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,00				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	1,2	0,2	7,7	37
1983	123	КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ ЯГОД (клубника)	200	12,88	0,3	1	15,7	73
Итого				99,52	36	31,1	70,7	688
Завтрак 2								
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	250	0,00	19,4	23,8	34,1	415
		САЛАТ ДАЛЬНЕВОСТОЧНЫЙ ИЗ МОРСКОЙ КАПУСТЫ	80	0,00	1,4	13,1	1,1	124
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	0,00				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,00	1,2	0,2	7,7	37
2008		НАПИТОК БРУСНИЧНЫЙ	200	0,00			21,8	86
Итого				0,00	22	37,1	64,7	662
Всего				99,52	58	68,2	135,4	1350

Зав. производством



Исмагулаева Е.А.

Утверждаю

Директор
ИКОУ СОШ с. Гастелло
Илющенко Г.А.



МЕНЮ
7 сентября 2021 г.
12-18 лет ТЖС

Сбор- ник рецен- тип	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	Энерге- тическая ценность, ккал
Завтрак 2								
2008	181	КАША ГРЕЧЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	13,78	9,8	8,9	42,7	283
2008	237	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	115	59,83	24,4	14,3	4,1	232
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	12,61	2,4	10,1	9,5	139
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,00				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	1,2	0,2	7,7	37
1983	123	КОМОТ ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ ЯГОД (клубника)	200	12,88	0,3	1	15,7	73
Итого				104,60	38,1	34,5	79,7	764
Всего				104,60	38,1	34,5	79,7	764

Зав. производством
Исмагулаева Е.А.

Утверждаю

Директор
МКОУ СОШ о. Гастелло
/Илющенкова А./

МЕНЮ

7 сентября 2021 г.

ОВЗ 12-18 лет

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак								
2004	340	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ,ЗАПЕЧЁННЫЙ	200/5	46,54	20,3	18,9	1,2	280
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	45	2,43	3,4	1,3	23,1	118
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	8,00	0,1	8,3	0,1	75
2004	693	КАКАО	200	6,64	1,5	1,4	18,5	36
1983	912	ГРУША	300	64,20	1	0,8	25,3	114
Итого				127,81	26,3	30,7	68,2	623
Обед								
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ (курица)	250	17,42	7,2	8,4	11,7	145
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	15,30	9,8	8,9	42,7	283
2008	237	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	115	60,73	24,4	14,3	4,1	232
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	12,96	2,4	10,1	9,5	139
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,00				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	1,2	0,2	7,7	37
1983	123	КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ ЯГОД (клубника)	200	12,18	0,3	1	15,7	73
Итого				124,09	45,3	42,9	91,4	909
Всего				251,90	71,6	73,6	159,6	1532

Зав. производством

Исмагулова Е.А.

Исмагулова Е.А.