

Утверждаю



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

МЕНЮ

13 января 2022 г.

12-18 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	180	13,83	9,8	8,9	42,7	283
2008	237	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	80	71,43	21	26,5	4,3	325
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	13,57	2,4	10,1	9,5	140
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,50				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,70	1,2	0,2	7,7	37
1983	123	КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ ЯГОД(клубника)	200	12,86	0,3	1	15,7	73
Итого				117,89	34,7	46,7	79,9	858
Обед								
2020	54-9с	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ (курица)	200	0,00	5,4	7,5	9,5	123
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	200	0,00	4,8	7,8	48,1	275
		БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ГОВЯДИНЫ	100	0,00	14,9	17,5	3,1	218
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	100	0,00	0,3	4	1,4	44
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	0,00				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,00	1,2	0,2	7,7	37
2008	394	КОМПОТ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	200	0,00			13,7	54
Итого				0,00	26,6	37	83,5	751
Всего				117,89	61,3	83,7	163,4	1609

Зав.производством

Исмагулаева Е.М.

Исмагулаева Е.М.

Утверждаю

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

МЕНЮ

13 января 2022 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	77,39	27,7	27,7	19,3	449
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,80				
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	30	16,29	7	8,9		109
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	8,24	4,7	3,9	12,5	101
1983	912	ГРУША	300	64,20	1	0,8	25,3	114
Итого				167,92	40,4	41,3	57,1	773
Обед								
2020	54-9с	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ (курица)	250	17,63	6,9	9,3	12,1	154
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	10,01	6,4	6,4	27,8	189
2008	237	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	100	92,06	27	33,4	5,3	412
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	14,28	2,4	10,1	9,5	140
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,70				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,70	1,2	0,2	7,7	37
1983	123	КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ ЯГОД (клубника)	200	12,33	0,3	1	15,7	73
Итого				150,71	44,2	60,4	78,1	1005
Всего				318,63	84,6	101,7	135,2	1778

Зав.производством

Исмагулаева Е.М.

Утверждаю

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

МЕНЮ

13 января 2022 г.

ОВЗ 7-11 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	110	46,35	15,6	16,4	10,9	259
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,80				
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	30	16,29	7	8,9		109
2004	693	КАКАО	200	7,45	1,5	1,4	18,5	36
1983	912	ГРУША	300	64,20	1	0,8	25,3	114
Итого				136,09	25,1	27,5	54,7	518
Обед								
2020	54-9с	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ (курица)	250	16,92	6,9	9,3	12,1	154
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	12,41	6,4	6,4	27,8	189
2008	237	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	100	96,65	27	33,4	5,3	412
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	15,93	2,4	10,1	9,5	140
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,70				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,70	1,2	0,2	7,7	37
1983	123	КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ ЯГОД (клубника)	200	12,57	0,3	1	15,7	73
Итого				158,88	44,2	60,4	78,1	1005
Всего				294,97	69,3	87,9	132,8	1523

Зав. производством



Исматулаева Е.М.

Утверждаю

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

МЕНЮ

13 января 2022 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	180	9,55	6,4	6,4	27,8	189
2008	237	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	80	71,15	21	26,5	4,3	325
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	13,55	2,4	10,1	9,5	140
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,50				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,70	1,2	0,2	7,7	37
1983	123	КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ ЯГОД (клубника)	200	12,84	0,3	1	15,7	73
Итого				113,29	31,3	44,2	65	764
Завтрак 2								
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	0,00	3,7	7,7	23,3	172
2008	241	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	80	0,00	20,3	7,8	1	149
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	0,00	0,7	2,4	2,9	35
2020	54-3с- 2020	ПОМИДОР В НАРЕЗКЕ	80	0,00				
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	0,00				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,00	1,2	0,2	7,7	37
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ ЯГОД (вишня)	200	0,00	0,2		16,5	67
Итого				0,00	26,1	18,1	51,4	460
Обед								
2020	54-9с	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ (курица)	200	0,00	5,4	7,5	9,5	123
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	200	0,00	4,8	7,8	48,1	275
		БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ГОВЯДИНЫ	100	0,00	14,9	17,5	3,1	218
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	100	0,00	0,3	4	1,4	44
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	0,00				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,00	1,2	0,2	7,7	37
2008	394	КОМПОТ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	200	0,00	0,2		22,4	89
Итого				0,00	26,8	37	92,2	786
Всего				113,29	84,2	99,3	208,6	2010

Зав.производством

Исмагулаева Е.М.

Исмагулаева Е.М.