

Утверждаю

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

МЕНЮ

18 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	23,67	5	6	1,3	83
1980		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,80				
2008	433	КАКАО	200	13,57	3,1	2,8	18,7	
Итого				39,04	8,1	8,8	20	83
Обед								
2008	98	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ (курица)	250	22,27	7,1	6,9	17,1	155
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	22,99	3,4	6,8	19,9	150
2008	315	БИТОЧКИ ИЗ КУРИЦЫ	75	34,92	11	26,4	6,9	297
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	10,50	1,1	5,3	4,6	71
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,70				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,70	1,2	0,2	7,7	37
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	13,61	1	0,2	20,2	92
Итого				108,69	24,8	45,8	76,4	802
Всего				147,73	32,9	54,6	96,4	885

Повар

Исмагулаева В.В.

Исмагулаева В.В.

Утверждаю

директор

МКОУ СОШ с. Гастелло

/Илющенко Г.А./

МЕНЮ

18 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	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	22,62	5	9,2	25,2	197
2008	315	БИТОЧКИ ИЗ КУРИЦЫ	75	38,51	12,9	28,3	9,9	333
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	100	17,50	1,9	8,9	7,7	119
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,50				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,70	1,2	0,2	7,7	37
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	13,61	1	0,2	20,2	92
Итого				98,44	22	46,8	70,7	778
Всего				98,44	22	46,8	70,7	778

Повар

Исмагулова В.В.

Исмагулова В.В.

Утверждаю

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

МЕНЮ
18 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	23,67	5	6	1,3	83
1980		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,80				
2008	433	КАКАО	200	13,57	3,1	2,8	18,7	
Итого				39,04	8,1	8,8	20	83
Обед								
2008	98	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ (курица)	250	22,27	7,1	6,9	17,1	155
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	22,99	3,4	6,8	19,9	150
2008	315	БИТОЧКИ ИЗ КУРИЦЫ	75	34,92	11	26,4	6,9	297
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	10,50	1,1	5,3	4,6	71
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,70				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,70	1,2	0,2	7,7	37
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	13,61	1	0,2	20,2	92
Итого				108,69	24,8	45,8	76,4	802
Всего				147,73	32,9	54,6	96,4	885

Повар Исмагулаева В.В.

Утверждаю

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

МЕНЮ

18 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	35,49	12,4	13,8	4,1	200
1980		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,80				
2008	433	КАКАО	200	13,58	3,1	2,8	18,7	
Итого				50,87	15,5	16,6	22,8	200
Обед								
2008	98	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ (курица)	250	18,21	7,1	6,9	17,1	155
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	200	25,76	5,4	10,2	28	219
2008	315	БИТОЧКИ ИЗ КУРИЦЫ	100	45,61	15,6	36	10,6	413
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	100	17,50	1,9	8,9	7,7	119
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,70				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,70	1,2	0,2	7,7	37
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	13,61	1	0,2	20,2	92
Итого				125,09	32,2	62,4	91,3	1035
Всего				175,96	47,7	79	114,1	1235

Повар



Исмагулаева В.В.

Утверждаю

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

МЕНЮ

18 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	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	23,28	5,2	9,4	25,5	201
2008	315	БИТОЧКИ ИЗ КУРИЦЫ	75	38,32	12,9	28,3	9,9	333
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	10,50	1,1	5,3	4,6	71
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,50				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,70	1,2	0,2	7,7	37
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	13,61	1	0,2	20,2	92
Итого				91,91	21,4	43,4	67,9	734
Завтрак 2								
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	200	0,00	7,1	7,9	43,7	268
2008	284	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ	90	0,00	14,1	15,2	9,4	222
2008	364	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ	25	0,00	0,5	0,7	2,7	19
1980		ПЕРЕЦ БОЛГАРСКИЙ В НАРЕЗКЕ	100	0,00	1		3,8	20
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	0,00				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,00	1,2	0,2	7,7	37
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ ЯГОД(смородина)	200	0,00	0,2	0,1	15,1	62
Итого				0,00	24,1	24,1	82,4	628
Обед								
		БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ(курица)	250	0,00	6,8	10,1	15,2	174
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	200	0,00	10,9	9,9	47,4	314
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	200	0,00	4,5	37,8	12,7	396
2020	54-3с- 2020	ПОМИДОР В НАРЕЗКЕ	100	0,00				
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	0,00	4,6	5,9		73
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	0,00				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,00	1,2	0,2	7,7	37
1980	1047	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,00	0,7	0,3	22,5	105
Итого				0,00	28,7	64,2	105,5	1099
Всего				91,91	74,2	131,7	255,8	2461

Повар

Исмагулова В.В.

Исмагулова В.В.