

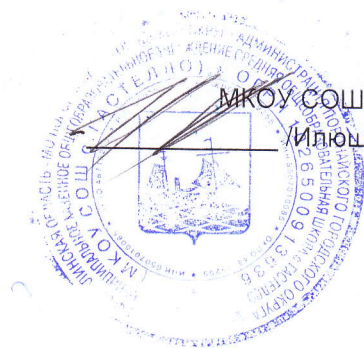
Утверждаю

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

МЕНЮ

20 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	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	290	55,32	28,1	32,5	48,1	577
2008	62	САЛАТ ДАЛЬНЕВОСТОЧНЫЙ ИЗ МОРСКОЙ КАПУСТЫ	100	18,87	1,7	10	1,2	100
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,50				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,70	1,2	0,2	7,7	37
1980	1042	НАПИТОК БРУСНИЧНЫЙ	200	16,63			13,7	54
Итого				97,02	31	42,7	70,7	768
Всего				97,02	31	42,7	70,7	768

Повар

Исмагулова

Исмагулова В.В.

Утверждаю

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

МЕНЮ

20 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	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	250	47,62	24,2	28,1	41,4	498
2008	62	САЛАТ ДАЛЬНЕВОСТОЧНЫЙ ИЗ МОРСКОЙ КАПУСТЫ	100	18,96	1,7	10	1,2	100
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,50				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,70	1,2	0,2	7,7	37
1980	1042	НАПИТОК БРУСНИЧНЫЙ	200	16,62			13,7	54
Итого				89,40	27,1	38,3	64	689
Завтрак 2								
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	0,00	6,4	6,4	27,8	189
2008	237	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	80	0,00	21	26,5	4,3	325
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	0,00	2,4	10,1	9,5	140
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	0,00				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,00	1,2	0,2	7,7	37
1983	123	КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ ЯГОД (клубника)	200	0,00	0,3	1	15,7	73
Итого				0,00	31,3	44,2	65	764
Обед								
2008	98	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ (курица)	250	0,00	7,1	6,9	17,1	155
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	80	0,00	14,5	10,3	5,2	164
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	100	0,00	1,9	8,9	7,7	119
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	0,00				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,00	1,2	0,2	7,7	37
2008		ЯБЛОКО	150	0,00	0,5	0,5	12,9	62
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,1		16,3	64
Итого				0,00	25,3	26,8	66,9	601
Всего				89,40	83,7	109,3	195,9	2054

Повар

Исмагулова В.В.

Исмагулова В.В.

Утверждаю

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

МЕНЮ

20 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								
2008	324	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	200/5	28,51	11,3	11,2	38,7	294
1980		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,80				
2004	96	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	8,00	0,1	8,3	0,1	75
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	3,63	0,2		18,7	76
1983	912	БАНАН	250	52,53	3,8	1,3	52,5	240
Итого				94,47	15,4	20,8	110	685
Обед								
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ(курица)	250	24,61	7	11,5	12,8	176
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	290	55,31	28,1	32,5	48,1	577
2008	62	САЛАТ ДАЛЬНЕВОСТОЧНЫЙ ИЗ МОРСКОЙ КАПУСТЫ	100	19,81	1,7	10	1,2	100
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,70				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,70	1,2	0,2	7,7	37
1980	1042	НАПИТОК БРУСНИЧНЫЙ	200	16,72			13,7	54
Итого				120,85	38	54,2	83,5	944
Всего				215,32	53,4	75	193,5	1629

Повар



Исмагулаева В.В.

Утверждаю

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

МЕНЮ

20 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								
2008	324	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	200/5	33,98	11,3	11,2	38,7	294
1980		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,80				
2004	96	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	8,00	0,1	8,3	0,1	75
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	4,37	0,2		18,7	76
1983	912	БАНАН	250	53,02	3,8	1,3	52,5	240
Итого				101,17	15,4	20,8	110	685
Обед								
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ(курица)	250	25,14	7	11,5	12,8	176
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	250	47,20	24,2	28,1	41,4	498
2008	62	САЛАТ ДАЛЬНЕВОСТОЧНЫЙ ИЗ МОРСКОЙ КАПУСТЫ	100	25,83	1,7	10	1,2	100
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,70				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,70	1,2	0,2	7,7	37
1980	1042	НАПИТОК БРУСНИЧНЫЙ	200	16,96			13,7	54
Итого				119,53	34,1	49,8	76,8	865
Всего				220,70	49,5	70,6	186,8	1550

Повар



Исмагулаева В.В.