

Утверждаю

директор

МКОУ СОШ с. Гастелло

/Илющенко Г.А./

МЕНЮ

27 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	150	37,70	12,5	18,2	3,2	236
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,80				
2008	433	КАКАО	200	13,57	3,1	2,8	18,7	
1983	912	ГРУША	200	42,80	0,7	0,5	16,8	76
Итого				95,87	16,3	21,5	38,7	312
Обед								
2020	54-9с	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ (курица)	200	14,58	5,4	7,5	9,5	123
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	14,05	8,2	7,5	35,6	235
2008	237	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	80	73,91	19,8	25	4,3	307
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	8,63	1,4	6,1	5,7	84
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	12,51	0,3	1	15,7	73
Итого				128,08	36,3	47,3	78,5	859
Всего				223,95	52,6	68,8	117,2	1171

Зав.производством

Исмагулаева Е.А.

Исмагулаева Е.А,

Утверждаю

директор

МКОУ СОШ с. Гастелло

Илющенко Г.А./

МЕНЮ

27 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	9,40	6,4	6,4	27,8	189
2008	237	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	80	68,28	19,8	25	4,3	307
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	80	10,79	1,9	8,1	7,6	111
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	12,83	0,3	1	15,7	73
Итого				107,50	29,6	40,7	63,1	717
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				107,50	82,5	95,8	206,7	1963

Зав.производством

Исмагулаева Е.А.

Исмагулаева Е.А.

Утверждаю

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

МЕНЮ

27 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	13,78	9,8	8,9	42,7	283
2008	237	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	80	68,81	19,8	25	4,3	307
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	13,42	2,4	10,1	9,5	139
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	12,88	0,3	1	15,7	73
Итого				115,09	33,5	45,2	79,9	839
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				115,09	60,1	82,2	163,4	1590

Зав.производством

Исмагулаева Е.А.

Исмагулаева Е.А,

Утверждаю

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

МЕНЮ

27 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	433	КАКАО	200	13,58	3,1	2,8	18,7	
1983	912	ГРУША	300	64,20	1	0,8	25,3	114
Итого				156,97	31,8	31,3	63,3	563
Обед								
2020	54-9с	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ (курица)	250	17,71	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	80	68,38	20,4	25,2	4,3	311
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	80	10,91	1,9	8,1	7,6	111
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	12,29	0,3	1	15,7	73
Итого				123,70	37,1	50,2	75,2	875
Всего				280,67	68,9	81,5	138,5	1438

Зав.производством

Исмагулова

Исмагулова Е.А,