

Утверждаю

директор

МКОУ СОШ с. Гастелло

/Илющенко Г.А./

МЕНЮ

10 февраля 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	19,78	9,2	7	2,3	119
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,80				
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	5,43	2,3	2,9		35
2008	433	КАКАО	150	10,35	2,4	2,2	14,1	
Итого				37,36	13,9	12,1	16,4	154
Обед								
2020	54-9с	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ (курица)	200	14,78	5,4	7,5	9,5	123
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	4,43	5,3	1,4	23,2	124
2008	237	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	80	71,35	21	22,8	4,3	294
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	8,65	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	12,50	0,2	1	14,7	69
Итого				116,11	34,5	39	65,1	731
Всего				153,47	48,4	51,1	81,5	885

Зав. производством

Исмагулаева Е.А.

Исмагулаева Е.А.

Утверждаю

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

МЕНЮ

10 февраля 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	72,12	27,7	23,8	19,3	416
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,80				
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	30	16,29	7	8,9		109
2008	433	КАКАО	200	13,80	3,1	2,8	18,7	
1983	912	ГРУША	300	64,20	1	0,8	25,3	114
Итого				168,21	38,8	36,3	63,3	639
Обед								
2020	54-9с	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ (курица)	250	17,96	6,9	9,3	12,1	154
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	4,68	6,4	1,7	27,8	148
2008	237	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	90	86,76	27	28,8	5,3	372
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	14,35	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	12,29	0,3	1	15,7	73
Итого				142,24	44,2	51,1	78,1	924
Всего				310,45	83	87,4	141,4	1563

Зав.производством

Исмагулова

Исмагулова Е.А.

Утверждаю

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

МЕНЮ

10 февраля 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	4,73	6,4	1,7	27,8	148
2008	237	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	80	67,66	21	22,8	4,3	294
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	80	11,00	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	12,69	0,3	1	15,7	73
Итого				102,28	30,8	33,8	63,1	663
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				102,28	83,7	88,9	206,7	1909

Зав.производством



Исмагулаева Е.А.

Утверждаю

директор
МКОУ СОШ с. Гастелло
Илющенко Г.А.

МЕНЮ

10 февраля 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	4,73	6,4	1,7	27,8	148
2008	237	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	80	67,77	21	22,8	4,3	294
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	13,68	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	12,97	0,3	1	15,7	73
Итого				105,35	31,3	35,8	65	692
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				105,35	57,9	72,8	148,5	1443

Зав.производством

Исмагулаева Е.А.

Исмагулаева Е.А.