

МЕНЮ

5 мая 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	27,26	11,5	11,1	2,9	168
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,80				
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	30	21,51	7	8,9		109
2008	433	КАКАО	180	6,97	1,5	1,4	9,4	
1983	912	ГРУША	100	24,92	0,4	0,3	8,5	38
Итого				82,46	20,4	21,7	20,8	315
Обед								
2020	54-9с	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ (курица)	250	12,93	4,6	4,7	9,1	93
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	6,89	4,8	3,9	20,6	134
2008	237	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	80	54,95	16,8	17,8	4	233
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	6,53	0,7	4	4,8	59
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,70				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,70	1,2	0,2	7,7	37
1983	123	КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ ЯГОД	200	13,61	0,2		15,7	64
Итого				99,31	28,3	30,6	61,9	620
Всего				181,77	48,7	52,3	82,7	935

Зав. производством

Исмагулаева Е.А.

Утверждаю

директор
МКОУ СОШ № 5
/Илющенкова Т.А./

МЕНЮ

5 мая 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	140	21,71	9,7	8,1	3	133
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,80				
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	6,94	2,3	2,9		35
2008	433	КАКАО	180	1,74	0,4	0,4	2,4	
1983	912	ГРУША	100	24,91	0,4	0,3	8,5	38
Итого				57,10	12,8	11,7	13,9	206
Обед								
2020	54-9с	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ (курица)	200	6,11	2,4	1,4	3,9	37
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	4,84	4,8	2	20,6	117
2008	237	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	80	43,70	14,5	10	6,3	166
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	4,52	0,7		4,4	21
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,70				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,70	1,2	0,2	7,7	37
1983	123	КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ ЯГОД	200	11,15	0,1		13,4	55
Итого				74,72	23,7	13,6	56,3	433
Всего				131,82	36,5	25,3	70,2	639

Зав.производством

Исмагулова Е.А.

Исмагулова Е.А.

Утверждаю



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

МЕНЮ

5 мая 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	7,48	6,1	3,7	26,5	159
2008	237	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	80	47,34	14,4	14,6	4	196
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	80	16,64	2,3	2,7	8,7	69
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,50				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,70	1,2	0,2	7,7	37
1983	123	КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ ЯГОД	200	13,79	0,2		16,6	67
Итого				91,45	24,2	21,2	63,5	528
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
Всего				91,45	50,3	39,3	114,9	988

Зав.производством

Исмагулаева Е.А.

Утверждаю

директор
МКОУ СОШ с. Гастелло
Илющенко Г.А.



МЕНЮ

5 мая 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	11,34	6,3	7,4	27,2	195
2008	237	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	85	48,50	14,6	17,5	3,4	219
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	17,73	2,3	6,3	9,1	102
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,50				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,70	1,2	0,2	7,7	37
1983	123	КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ ЯГОД	200	13,78	0,2		16,6	67
Итого				97,55	24,6	31,4	64	620
Всего				97,55	24,6	31,4	64	620

Зав. производством

Исмагулаева Е.А.