

Согласовано

директор

МКОУ СОШ с. Гастелло

/Илющенко Г.А./

МЕНЮ

15 сентября 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								
2020	54-4г	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	15,87	9,8	8,9	42,7	283
2008	231	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	80	54,44	18,9	9,7	4	172
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	80	13,73	1,9	8,1	7,6	111
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	3,15	2,5	0,2	16	75
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,98	2,2	0,3	13,5	64
1980	933	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	7,41	0,1		16,3	64
Итого				97,58	35,4	27,2	100,1	769
Всего				97,58	35,4	27,2	100,1	769

Повар



Исмагулаева Е.М.

Согласовано

директор

МКОУ СОШ с. Гастелло

/Илющенко Г.А./

МЕНЮ

15 сентября 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	180/5	68,84	24,1	25	19,1	405
2008		БАТОН МОСКОВСКИЙ	30	4,35				
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	30	23,09	7	8,9		109
2008	433	КАКАО	200	13,94	3,1	2,8	18,7	
1983	912	ГРУША	300	94,74	1	0,8	25,3	114
Итого				204,96	35,2	37,5	63,1	628
Обед								
2020	54-9с	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ (курица)	250	21,75	6,9	9,3	12,1	154
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	11,02	6,4	6,4	27,8	189
2008	231	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	80	54,37	18,9	9,7	4	172
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	80	13,76	1,9	8,1	7,6	111
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	3,15	2,5	0,2	16	75
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,98	2,2	0,3	13,5	64
1980	933	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	7,41	0,1		16,3	64
Итого				114,44	38,9	34	97,3	829
Всего				319,40	74,1	71,5	160,4	1457

Повар



Исматулаева Е.М.

Согласовано

директор

МКОУ СОШ с. Гастелло

/Илющенко Г.А./

МЕНЮ

15 сентября 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								
2020	54-4г	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	13,19	8,2	7,5	35,6	235
2008	231	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	70	47,59	16,6	8,6	3,5	151
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	10,30	1,5	6,1	5,7	84
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	3,15	2,5	0,2	16	75
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,98	2,2	0,3	13,5	64
1980	933	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	7,41	0,1		16,3	64
Итого				84,62	31,1	22,7	90,6	673
Завтрак 2								
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	0,00	15,6	35,9	17,4	437
2008	48	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	60	0,00	2,8	11,7	3,7	131
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	0,00				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	0,00	2,2	0,3	13,5	64
1980	933	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,1		16,3	64
Итого				0,00	20,7	47,9	50,9	696
Всего				84,62	51,8	70,6	141,5	1369

Повар



Исмагулаева Е.М.