

Согласовано



директор

МКОУ СОШ с. Гастелло

/Илющенко Г.А./

МЕНЮ

10 октября 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 РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	13,86	4,3	7	43,3	248
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	80	28,92	8,5	20,2	3,7	223
1980	56	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ И ЗЕЛЁНЫМ ГОРОШКОМ	80	15,59	0,4	4	1,3	43
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	9,50	4	3	0,2	49
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,60	4,1	0,3	26,1	122
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,55	1,9	0,3	11,6	55
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	7,65	0,1		16,3	64
Итого				81,67	23,3	34,8	102,5	804
Всего				81,67	23,3	34,8	102,5	804

Зав.производством

Исмагулова Е.А.

Исмагулова Е.А.

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

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 РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	200	15,41	4,8	7,8	48,1	275
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	120	43,38	12,8	30,5	5,6	333
1980	56	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ И ЗЕЛЁНЫМ ГОРОШКОМ	80	15,59	0,4	4	1,3	43
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	9,50	4	3	0,2	49
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,60	4,1	0,3	26,1	122
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,55	1,9	0,3	11,6	55
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	7,65	0,1		16,3	64
2008		ЯБЛОКО	250	55,19	1	1	24,5	118
Итого				152,87	29,1	46,9	133,7	1059
Всего				152,87	29,1	46,9	133,7	1059

Зав.производством

Исматулаева Е.А.

Согласовано

директор

МКОУ СОШ с. Гастелло

Илющенко Г.А./

МЕНЮ

10 октября 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	184	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	200	20,49	8,8	13,5	35,2	289
2008		БАТОН МОСКОВСКИЙ	40	5,80				
2008	213	ЯЙЦО ВАРЁНОЕ	80	19,00	8,1	6	0,5	98
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	8,50	0,1	8,3	0,1	75
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	30	23,09	7	8,9		110
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	2,43	0,2		18,6	74
2008		ЯБЛОКО	500	97,13	1,8	1,8	43,1	207
Итого				176,44	26	38,5	97,5	853
Обед								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ (курица)	250	27,48	7	11,6	9,8	166
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	200	15,30	4,8	7,8	48,1	275
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	135	48,96	14,3	34,3	6,2	376
1980	56	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ И ЗЕЛЁНЫМ ГОРОШКОМ	100	19,49	0,6	5	1,7	54
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,60	4,1	0,3	26,1	122
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,55	1,9	0,3	11,6	55
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	7,65	0,1		16,3	64
Итого				125,03	32,8	59,3	119,8	1112
Всего				301,47	58,8	97,8	217,3	1965

Зав.производством

Исмагулаева Е.А.