



Утверждаю

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

# МЕНЮ

10 сентября 2021 г.

## 12-18 лет ТЖС

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>								
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	9,83	4,3	5,3	43,7	235
2008	241	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	100	61,54	25,4	17,6	1,3	255
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	4,18	0,7	2,4	2,9	35
		ПОМИДОР(ПОРЦИЯМИ)	100	23,50	0,6	0,2	3,8	18
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,00				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	1,2	0,2	7,7	37
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ ЯГОД (вишня)	200	12,88	0,2		16,5	67
<b>Итого</b>				<b>117,43</b>	<b>32,4</b>	<b>25,7</b>	<b>75,9</b>	<b>647</b>
<b>Завтрак 2</b>								
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	0,00	3,3	4,4	33,3	182
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	100	0,00	14,4	15,6	3,1	201
		ОГУРЕЦ (ПОРЦИЯМИ)	100	0,00	0,8	0,1	2,3	13
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	0,00				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,00	1,2	0,2	7,7	37
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,1		16,3	64
<b>Итого</b>				<b>0,00</b>	<b>19,8</b>	<b>20,3</b>	<b>62,7</b>	<b>497</b>
<b>Всего</b>				<b>117,43</b>	<b>52,2</b>	<b>46</b>	<b>138,6</b>	<b>1144</b>

Зав. производством Исмагулова Е.А. Исмагулова Е.А.



Утверждаю

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

# МЕНЮ

10 сентября 2021 г.  
12-18 лет ТЖС

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>								
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	9,83	4,3	5,3	43,7	235
2008	241	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	100	61,54	25,4	17,6	1,3	255
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	4,18	0,7	2,4	2,9	35
		ПОМИДОР(ПОРЦИЯМИ)	100	23,50	0,6	0,2	3,8	18
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,00				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	1,2	0,2	7,7	37
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕМОРЖЕННЫХ ЯГОД (вишня)	200	12,88	0,2		16,5	67
<b>Итого</b>				<b>117,43</b>	<b>32,4</b>	<b>25,7</b>	<b>75,9</b>	<b>647</b>
<b>Завтрак 2</b>								
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	0,00	3,3	4,4	33,3	182
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	100	0,00	14,4	15,6	3,1	201
		ОГУРЕЦ (ПОРЦИЯМИ)	100	0,00	0,8	0,1	2,3	13
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	0,00				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,00	1,2	0,2	7,7	37
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,1		16,3	64
<b>Итого</b>				<b>0,00</b>	<b>19,8</b>	<b>20,3</b>	<b>62,7</b>	<b>497</b>
<b>Всего</b>				<b>117,43</b>	<b>52,2</b>	<b>46</b>	<b>138,6</b>	<b>1144</b>

Зав.производством Исмагулова Е.А. Исмагулова Е.А.

Утверждаю

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



# МЕНЮ

10 сентября 2021 г.

ОВЗ 12-18 лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	150/10	65,38	27,1	18,6	27,3	381
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	45	2,43	3,4	1,3	23,1	118
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	8,00	0,1	8,8	0,1	75
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	2,16	0,2		18,6	74
		ГРУША	300	58,85	1	0,7	23,2	105
Итого				136,82	31,8	28,9	92,3	753
<b>Обед</b>								
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ(курица)	250	15,61	10,4	10,1	17,5	196
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	8,92	4,3	5,3	43,7	235
2008	241	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	100	61,70	24,5	17,3	1,3	249
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	4,93	0,7	2,4	2,9	35
		ПОМИДОР(ПОРЦИЯМИ)	100	23,50	0,6	0,2	3,8	18
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,00				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	1,2	0,2	7,7	37
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ ЯГОД (вишня)	200	13,67	0,2		16,5	67
Итого				133,83	41,9	35,5	93,4	837
Всего				270,65	73,7	64,4	185,7	1590

Зав. производством

Исмагулаева Е.А.