

Утверждаю

директор

МКОУ СОШ с. Гастелло

/Илющенко Г.А./

МЕНЮ

15 сентября 2021 г.

7-11 лет ТЖС



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	6,98	5,5	4,6	33,7	194
2008	273	КОТЛЕТЫ	80	33,57	10,1	18,3	5,1	216
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ	25	0,94	0,2	0,5	1,8	13
2008	41	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	80	9,27	1,1	11,3	6,5	129
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,00				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	1,2	0,2	7,7	37
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	13,61	1	0,2	20,2	92
Итого				69,87	19,1	35,1	75	681
Завтрак 2								
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	0,00	5,9	8	24,4	188
2008	284	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (СВИНИНА)	80	0,00	8,2	26,2	9,7	294
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ	25	0,00	0,4	1,4	2,2	23
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	0,00				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,00	1,2	0,2	7,7	37
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ ЯГОД (смородина)	200	0,00	0,2	0,1	15,1	62
Итого				0,00	15,9	35,9	59,1	604
Всего				69,87	35	71	134,1	1285

Зав. производством

Исмагулова

Исмагулова Е.А.

Утверждаю

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



МЕНЮ
15 сентября 2021 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	38,04	15,8	15,6	0,9	225
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	45	2,43	3,4	1,3	23,1	118
2004	769	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	103	17,97	7,5	8,9	57,5	331
2008		ЯБЛОКО	250	57,00	0,9	0,9	21,6	103
2008	410	КИСЕЛЬ	200	4,21			26,5	105
Итого				119,65	27,6	26,7	129,6	882
Обед								
2008	98	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ (курица)	250	20,44	7,6	7,5	17,6	164
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	7,67	6,6	5,5	40,4	232
2008	273	КОТЛЕТЫ	100	49,22	13,2	23,3	6,5	278
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ	25	2,24	0,2	0,5	1,8	13
2008	41	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	100	11,07	1,3	14,1	8,3	161
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,00				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	1,2	0,2	7,7	37
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	13,62	1	0,2	20,2	92
Итого				109,76	31,1	51,3	102,5	977
Всего				229,41	58,7	78	232,1	1859

Зав. производством

Исмагулова Е.А.

Исмагулова Е.А.

Утверждаю

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

МЕНЮ
15 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	
Завтрак								
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	8,21	6,6	5,5	40,4	232
2008	273	КОТЛЕТЫ	100	43,14	13,2	23,3	6,5	278
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ	25	0,98	0,2	0,5	1,8	13
2008	41	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	100	11,69	1,3	14,1	8,3	161
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,00				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	1,2	0,2	7,7	37
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	13,61	1	0,2	20,2	92
Итого				83,13	23,5	43,8	84,9	813
Завтрак 2								
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	0,00	5,9	8	24,4	188
2008	284	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (СВИНИНА)	80	0,00	8,2	26,2	9,7	294
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ	25	0,00	0,4	1,4	2,2	23
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	0,00				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,00	1,2	0,2	7,7	37
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ ЯГОД (смородина)	200	0,00	0,2	0,1	15,1	62
Итого				0,00	15,9	35,9	59,1	604
Всего				83,13	39,4	79,7	144	1417

Зав. производством

Исма

Исмагулаева Е.А.