

Утверждаю



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

МЕНЮ

1 октября 2021 г.

ОВЗ 12-18 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	3,98	2,1	1,5	14,3	77
2004	769	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	75	14,12	4	8,4	37,7	236
1980	1047	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	8,20	0,7	0,3	22,5	105
1983	912	БАНАН	300	42,08	3	1	42	192
Итого				68,38	9,8	11,2	116,5	610
Обед								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ(курица)	250	15,63	6	9,2	7,5	132
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	9,86	4	5,3	40	218
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	100	55,84	16,6	17,5	4,4	233
		ОГУРЕЦ (ПОРЦИЯМИ)	100	21,75	0,9	0,1	2,5	14
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,00				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	1,2	0,2	7,7	37
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	4,86	0,1		20,8	82
Итого				113,44	28,8	32,3	82,9	716
Всего				181,82	38,6	43,5	199,4	1326

Зав. производством

Илющенко

Исматулаева Е.А.

Утверждаю

директор

МКОУ СОШ с. Гастелло

Илющенкова Г.А./



МЕНЮ

1 октября 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	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	16,52	4,3	12	42,1	286
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	100	44,42	14,4	15,6	3,1	201
		ОГУРЕЦ (ПОРЦИЯМИ)	100	20,70	0,9	0,1	2,5	14
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,00				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	1,2	0,2	7,7	37
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	4,85	0,1		20,8	82
Итого				91,99	20,9	27,9	76,2	620
Завтрак 2								
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	0,00	6,4	6,4	27,8	189
2008	241	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	80	0,00	20,3	14,1	1	204
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	0,00	0,7	2,4	2,9	35
		ПОМИДОР(ПОРЦИЯМИ)	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	28,8	23,1	55,9	532
Всего				91,99	49,7	51	132,1	1152

Зав. производством

Исмагулова

Исмагулова Е.А.

Утверждаю

директор

МКОУ СОШ с. Гастелло

Илющенко Г.А./



МЕНЮ

1 октября 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	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	10,77	3,6	7	36,4	218
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	100	44,71	14,5	15,7	3,4	203
		ОГУРЕЦ (ПОРЦИЯМИ)	100	20,32	0,8	0,1*	2,4	13
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,00				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	1,2	0,2	7,7	37
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	4,53	0,1		16,3	64
Итого				85,83	20,2	23	66,2	535
Завтрак 2								
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	0,00	6,4	6,4	27,8	189
2008	241	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	80	0,00	20,3	14,1	1	204
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	0,00	0,7	2,4	2,9	35
		ПОМИДОР(ПОРЦИЯМИ)	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	28,8	23,1	55,9	532
Всего				85,83	49	46,1	122,1	1067

Зав.производством

Илющенко

Исматулаева Е.А.