

Утверждаю

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



МЕНЮ
5 октября 2021 г.
12-18 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 ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	7,36	2,5	6	10,7	102
2008	241	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	100	64,03	26,6	18	1,4	262
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	4,18	0,7	2,4	2,9	35
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,00				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	1,2	0,2	7,7	37
		НАПИТОК КЛЮКВЕННЫЙ	200	10,96	0,1		14,3	59
Итого				92,03	31,1	26,6	37	495
Завтрак 2								
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
Итого				0,00	19,8	20,3	62,7	497
Всего				92,03	50,9	46,9	99,7	992

Зав. производством

Исмагулаева Е.А.

Исмагулаева Е.А.

Утверждаю

директор

МКОУ СОШ с. Гастелло

Илющенко Г.А./



МЕНЮ

5 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	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	100/10	55,28	22,8	16,5	26,5	343
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	45	2,43	3,4	1,3	23,1	118
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	2,16	0,2		18,6	74
Итого				59,87	26,4	17,8	68,2	535
Обед								
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ(курица)	250	15,85	10,7	10,1	18,5	200
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	6,60	1,6	4,3	6,8	70
2008	241	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	100	78,59	32,4	19,9	1,3	300
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	4,33	0,7	2,4	2,9	35
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,00				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	1,2	0,2	7,7	37
		НАПИТОК КЛЮКВЕННЫЙ	200	11,06	0,1		14,3	59
Итого				121,93	46,7	36,9	51,5	701
Всего				181,80	73,1	54,7	119,7	1236

Зав. производством

Исмагулова

Исмагулова Е.А.



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

МЕНЮ

5 октября 2021 г.

7-11 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 ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	11,10	2,7	9,5	11,2	136
2008	241	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	100	52,30	21,3	15,6	2,3	225
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	4,08	0,9	2,4	3,9	39
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,00				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	1,2	0,2	7,7	37
		НАПИТОК КЛЮКВЕННЫЙ	200	12,84	0,1		13,4	56
Итого				85,82	26,2	27,7	38,5	493
Завтрак 2								
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
Итого				0,00	19,8	20,3	62,7	497
Всего				85,82	46	48	101,2	990

Зав. производством

Исмагулова

Исмагулова Е.А.