

Утверждаю



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

МЕНЮ
6 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	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	300	0,00	18,7	22	33,3	393
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	100	0,00	0,8	5,1	2,6	59
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	0,00				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,00	1,2	0,2	7,7	37
		КОМПОТ ИЗ ЗАМОРОЖЕННЫХ ЯГОД(смородина)	200	0,00	0,2	0,1	15,1	62
Итого				0,00	20,9	27,4	58,7	551
Завтрак 2								
2007	321	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	250	60,74	15,8	34,8	12,6	411
		ОГУРЕЦ (ПОРЦИЯМИ)	100	17,52	0,6	0,1	1,7	10
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,00				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	1,2	0,2	7,7	37
2008	394	КОМПОТ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	200	8,23	0,2		22,9	91
Итого				91,99	17,8	35,1	44,9	549
Всего				91,99	38,7	62,5	103,6	1100

Зав. производством

Исмагулова

Исмагулова Е.А.

Утверждаю

директор

МКОУ СОШ с. Гастелло

Илющенко Г.А./



МЕНЮ

6 октября 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								
2008	184	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	200/5	6,98	3,1	4,3	21,2	133
2008		БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	30/10/20	13,74	0,2	8,3	13,3	128
1980	1047	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	8,20	0,7	0,3	22,5	105
1983	915	АПЕЛЬСИН	200	41,20	1,2	0,3	10,3	54
Итого				70,12	5,2	13,2	67,3	420
Обед								
		СУП РЫБНЫЙ	250	27,20	11,1	15,4	28	286
2007	321	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	250	53,70	14,7	30	10,2	357
		ОГУРЕЦ (ПОРЦИЯМИ)	100	17,33	0,7	0,1	2,1	11
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,00				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	1,2	0,2	7,7	37
2008	394	КОМПОТ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	200	8,01	0,2		19,9	79
Итого				111,74	27,9	45,7	67,9	770
Всего				181,86	33,1	58,9	135,2	1190

Зав. производством

Исма

Исмагулаева Е.А.

Утверждаю

директор

МКОУ СОШ с. Гастелло

/Илющенко Г.А./



МЕНЮ
6 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	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	250	0,00	16,9	19,6	27,8	343
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	100	0,00	0,8	5,1	2,6	59
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	19,1	25	53,2	501
Завтрак 2								
2007	321	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	250	54,69	15,2	31,4	10,4	371
		ОГУРЕЦ (ПОРЦИЯМИ)	100	17,52	0,6	0,1	1,7	10
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,00				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	1,2	0,2	7,7	37
2008	394	КОМПОТ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	200	8,14	0,2		21,5	85
Итого				85,85	17,2	31,7	41,3	503
Всего				85,85	36,3	56,7	94,5	1004

Зав. производством

Исмагулова

Исмагулова Е.А.