

Утверждаю



директор

МКОУ СОШ с. Гастелло

Ибрагимова Г.А./

МЕНЮ

14 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 ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	9,73	6,4	6,4	27,8	189
2008	237	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	115	61,85	25,3	14,6	4,1	238
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	80	6,22	1,1	4,1	6,8	69
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,00				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	1,2	0,2	7,7	37
1983	123	КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ ЯГОД (смородина)	200	13,26	0,2	0,1	16	66
Итого				96,56	34,2	25,4	62,4	599
Завтрак 2								
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	250	0,00	19,4	23,8	34,1	415
		САЛАТ ДАЛЬНЕВОСТОЧНЫЙ ИЗ МОРСКОЙ КАПУСТЫ	80	0,00	1,4	13,1	1,1	124
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	0,00				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,00	1,2	0,2	7,7	37
2008		НАПИТОК БРУСНИЧНЫЙ	200	0,00			21,8	86
Итого				0,00	22	37,1	64,7	662
Всего				96,56	56,2	62,5	127,1	1261

Зав.производством _____

Исмагулаева Е.А.



Утверждаю

директор
И.С.С. Гастелло
Игорьденкова Г.А./

МЕНЮ

14 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								
2004	340	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ, ЗАПЕЧЕННЫЙ	200/5	76,72	27,7	27,7	19,3	449
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,60				
2008	433	КАКАО	200	1,93	0,4	0,4	8,8	25
1983	912	ГРУША	300	64,20	1	0,8	25,3	114
Итого				144,45	29,1	28,9	53,4	588
Обед								
2008	102	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ (курица)	250	17,08	7,2	8,4	11,7	145
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	10,01	6,4	6,4	27,8	189
2008	237	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	100	80,51	25,5	31,5	5,3	389
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	8,05	1,4	5,1	8,6	86
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,00				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	1,2	0,2	7,7	37
1983	123	КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ ЯГОД (смородина)	200	14,10	0,2	0,1	16	66
Итого				135,25	41,9	51,7	77,1	912
Всего				279,70	71	80,6	130,5	1500

Зав. производством

Исмагулаева Е.А.

Утверждаю

директор
МБОУ СОШ с. Гастелло
Игнатьенкова Г.А./

МЕНЮ
14 октября 2021 г.

12-18 лет ТЖС



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	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	9,34	6,4	6,4	27,8	189
2008	237	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	115	62,04	25,3	14,6	4,1	238
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	7,83	1,4	5,1	8,6	86
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,00				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	1,2	0,2	7,7	37
1983	123	КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ ЯГОД (смородина)	200	0,00	0,2	0,1	16	66
Итого				84,71	34,5	26,4	64,2	616
Всего				84,71	34,5	26,4	64,2	616

Зав. производством

Исмагулова Е.А.

Исмагулова Е.А.