

Утверждаю

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

МЕНЮ

28 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	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	11,14	5,4	8,7	32,9	225
2008	284	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ	90	33,60	11,3	8,8	6,8	146
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ	25	2,52	0,3	1	2,5	21
2008	22	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	100	29,12	0,3		1,7	9
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,00				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	1,2	0,2	7,7	37
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ ЯГОД (смородина)	200	12,74	0,2	0,1	15,1	62
Итого				94,62	18,7	18,8	66,7	500
Завтрак 2								
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	0,00	5,5	4,6	33,7	194
2008	273	КОТЛЕТЫ	80	0,00	10,1	18,3	5,1	216
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ	25	0,00	0,2	0,5	1,8	13
2008	41	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	80	0,00	1,1	11,3	6,5	129
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	0,00				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,00	1,2	0,2	7,7	37
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,00	1	0,2	20,2	92
Итого				0,00	19,1	35,1	75	681
Всего				94,62	37,8	53,9	141,7	1181

Зав. производством



Исматулаева Е.А.

Утверждаю

директор

МКОУ СОШ с. Гастелло

/Илющенко Г.А./

МЕНЮ
28 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	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	12,68	6,5	9,7	39,3	264
2008	284	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ	100	37,73	12,5	10	7,5	163
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ	25	2,33	0,3	0,9	2,5	20
2008	22	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	150	33,08	0,3		1,9	10
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,00				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	1,2	0,2	7,7	37
		КОМПОТ ИЗ ЗАМОРОЖЕННЫХ ЯГОД(смородина)	200	12,70	0,2	0,1	15,1	62
Итого				104,02	21	20,9	74	556
Всего				104,02	21	20,9	74	556

Зав. производством

Исмагулаева Е.А.

Исмагулаева Е.А.

