

Утверждаю

директор

МКОУ СОШ с. Гастелло

Илющенко Г.А./

# МЕНЮ

29 октября 2021 г.

7-11 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	
<b>Завтрак</b>								
1980	712	МЯСО ПТИЦЫ ЖАРЕНОЕ	100	43,44	19,2	27,7	0,1	311
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	18,47	3	9,2	22,4	179
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	80	3,77	0,2		0,8	4
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,00				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	1,2	0,2	7,7	37
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	13,61	1	0,2	20,2	92
<b>Итого</b>				<b>84,79</b>	<b>24,6</b>	<b>37,3</b>	<b>51,2</b>	<b>623</b>
<b>Завтрак 2</b>								
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	0,00	5,5	7,1	33,8	216
		ПОДЖАРКА С МЯСОМ	80	0,00	13,9	36,7	3,2	382
2008	48	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	80	0,00	3,7	15,6	4,9	175
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
<b>Итого</b>				<b>0,00</b>	<b>24,4</b>	<b>59,6</b>	<b>65,9</b>	<b>874</b>
<b>Всего</b>				<b>84,79</b>	<b>49</b>	<b>96,9</b>	<b>117,1</b>	<b>1497</b>

Зав. производством

Исматулаева Е.А.

Утверждаю

директор

МКОУ СОШ с. Гастелло

Илющенко Г.А./

# МЕНЮ

29 октября 2021 г.

ОВЗ 12-18 лет



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>								
2008	184	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	155	24,48	6,7	14	23	238
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,60				
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	11,34	5,4	4	0,3	66
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	2,27	0,2		20,1	80
Итого				39,69	12,3	18	43,4	384
<b>Обед</b>								
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (кур. окорока)	250	26,51	10,7	5,3	40	246
1980	712	МЯСО ПТИЦЫ ЖАРЕНОЕ	100	39,74	19,1	23		270
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	200	23,78	5,5	5,8	42,8	240
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	80	8,87	1,2	0,2	6,8	34
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1,33				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,50	0,4	0,1	2,5	12
2008	401	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	16,70	0,2	0,2	5,6	27
Итого				117,43	37,1	34,6	97,7	829
Всего				157,12	49,4	52,6	141,1	1213

Зав. производством

Исматулаева Е.А.

Утверждаю

директор

МКОУ СОШ с. Гастелло

Илющенко Г.А./

**МЕНЮ**  
29 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	
<b>Завтрак</b>								
1980	712	МЯСО ПТИЦЫ ЖАРЕНОЕ	100	42,96	19,2	27,4	0,1	308
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	180	22,07	3,5	10,9	26,8	213
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	80	3,76	0,2		0,8	4
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,00				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	1,2	0,2	7,7	37
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	13,61	1	0,2	20,2	92
<b>Итого</b>				<b>87,90</b>	<b>25,1</b>	<b>38,7</b>	<b>55,6</b>	<b>654</b>
<b>Всего</b>				<b>87,90</b>	<b>25,1</b>	<b>38,7</b>	<b>55,6</b>	<b>654</b>

Зав. производством

Исматулаева Е.А.