

Утверждаю



директор

МКОУ СОШ с. Гастелло

Илющенко Г.А./

# МЕНЮ

8 ноября 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	
<b>Завтрак</b>								
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	200	12,46	4,8	7,8	48,1	275
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	44,31	13,3	14	3,5	186
2008	20	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	100	12,25	0,2	5	1,2	51
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,00				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	1,2	0,2	7,7	37
2008		НАПИТОК БРУСНИЧНЫЙ	200	16,62			13,7	54
Итого				91,14	19,5	27	74,2	603
<b>Завтрак 2</b>								
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	0,00	3,6	4,4	36,3	195
2008	241	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	80	0,00	20,3	14,1	1	204
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	0,00	0,7	2,4	2,9	35
		ПОМИДОР(ПОРЦИЯМИ)	80	0,00				
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	0,00				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,00	1,2	0,2	7,7	37
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ ЯГОД (вишня)	200	0,00	0,2		16,5	67
Итого				0,00	26	21,1	64,4	538
Всего				91,14	45,5	48,1	138,6	1141

Зав.производством

Исмагулаева Е.А.

Утверждаю

директор

МКОУ СОШ с. Гастелло

/Илющенко Г.А./



## МЕНЮ

8 ноября 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	
<b>Завтрак</b>								
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	200	12,46	4,8	7,8	48,1	275
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	90	49,80	15,1	15,8	4,1	210
2008	20	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	100	12,25	0,2	5	1,2	51
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,00				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	1,2	0,2	7,7	37
2008		НАПИТОК БРУСНИЧНЫЙ	200	16,94			18,2	72
Итого				96,95	21,3	28,8	79,3	645
Всего				96,95	21,3	28,8	79,3	645

Зав. производством

Исмагулаева Е.А.

Утверждаю



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

**МЕНЮ**  
8 ноября 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	
<b>Завтрак</b>								
2008	184	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	200	27,40	11,8	13,9	39,2	320
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,40				
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	30	15,40	7	8,9		109
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	8,51	4	3	0,2	49
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	2,16	0,2		18,6	74
Итого				<b>55,87</b>	<b>23</b>	<b>25,8</b>	<b>58</b>	<b>552</b>
<b>Обед</b>								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ(курица)	250/10	18,90	6,4	11,1	8,1	152
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	200	13,43	4,8	7,8	48,1	275
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	100	55,84	16,6	17,5	4,4	233
2008	20	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	100	12,19	0,2	5	1,2	51
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,40				
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,50	1,2	0,2	7,7	37
2008		НАПИТОК БРУСНИЧНЫЙ	200	16,93			18,2	72
Итого				<b>121,19</b>	<b>29,2</b>	<b>41,6</b>	<b>87,7</b>	<b>820</b>
Всего				<b>177,06</b>	<b>52,2</b>	<b>67,4</b>	<b>145,7</b>	<b>1372</b>

Зав.производством Исмагулова Е.А. Исмагулова Е.А.